

moravský **senior**[®]

zdarma

listopad 2022



Plavec rekordman Roman Gronský

●
Téma: Jak senioři
využívají vědomostí

●
Tipy na akce
a výlety v listopadu

●
Recepty pro vás:
Alkohol v kuchyni



Chcete se prezentovat
kvalitními tiskovinami,
ale nejste si jisti tím, kde
a jak je vyrobit?

**JSME SPECIALISTÉ NA TISK,
KTERÝ MÁ BUDOUCNOST.**

**KONTAKTUJTE NÁS,
RÁDI VÁM POMŮŽEME.**

FGP studio

Táboritů 237/1
Olomouc 779 00
www.fgp.cz

OBJEDNÁVKY

✉ objednavky@fgp.cz
☎ +420 585 119 100

Grafické & DTP studio

✉ studio@fgp.cz
☎ +420 585 119 117

prePRESS

PRESS

postPRESS



Úvodník

Taky si všímáte, jak se stále více lidí uchyluje k reptání, jak jim nic není dost dobré, jak si neváží ničeho pozitivního? Jistě, zdražování a energetické patálie jsou pro všechny těžkou zkouškou, ale snad si tím nenecháme otrávit život, ne? Vždyť to přece nezažíváme poprvé. Pamatuju si, jak za komunismu ze dne na den zdražil benzín ze 2 na 4 koruny, tedy o sto procent! A taky nás to přece nedostalo na kolena. V těžké době se ukazují charaktery, nebudte to tedy právě vy, kdo otráví své okolí věčným nářkem na nepohodlnou situaci. Může být daleko, daleko hůře, myslete na to.

Miloslav Kyjevský



OBSAH



ROZHOVOR 4–9

TÉMA 10–11

TIPY NA KULTURU A VÝLETY 16–19

ANKETA 23

RECEPTY 24

KŘÍŽOVKY 35

MORAVSKÝ SENIOR® – magazín pro seniory Olomouckého kraje, www.moravskysenior.cz

Vydavatel: Moravský senior, z.s., Táboritů 237/1, Bělidla, 779 00 Olomouc; IČO: 03339769. Registrováno pod číslem MK ČR E 21702 vychází každý měsíc

Tisk: Miloslav Kyjevský – FGP studio, Táboritů 237/1, Bělidla, 779 00 Olomouc; Šéfredaktor: Miloslav Kyjevský, e-mail: redakce@moravskysenior.cz

Koordinátorka, distribuce, inzerce: Eva Nádvorníková, tel.: 725 190 555, e-mail: office@moravskysenior.cz; Distribuci zajišťuje: Česká pošta, s.p., tel.: 800 104 410. Náklad tohoto čísla je 26 500 ks. Datum vydání: 31. 10. 2022. Redakční uzávěrka příštího čísla: 10. 11. 2022. ZDARMA

Magazín Moravský senior finančně podpořili:



DALŠÍ ČÍSLO VYJDE 28. 11. 2022

Roman Gronský přežil autohavárii, aby pak lámal plavecké rekordy

Potýká se s postižením, přesto se o něm mluví jako o významné sportovní osobnosti. Dvaasedmdesátiletý Roman Gronský se v milované Olomouci narodil a stále tu dosud žije. S Ivou Jeništovou si tykají, proto i rozhovor pro Moravský senior probíhá v přátelském duchu.

Roky Tebe a Tvou rodinu potkávám v Olomouci. Jsi tu rád?

Jsem vlastně takový olomoucký patriot. Možná to souvisí s tím, že moje babička, která byla rodačka z Olomouce a dědeček z Floridsdorfu (nyní část Vídně), si dědečka přivedla do Olomouce. Tehdy prohlásila, že Olomouc je nejkrásnější město v Rakousko-Uherském mocnářství. A já to musím potvrdit, platí to dodnes. Vlastně i ti lidé, kteří tady spoustu let nebyli, nebo jsou tu poprvé, doslova zírají, protože na rozdíl od turisticky „profláknutých“ měst jako Český Krumlov, Praha, Kutná Hora, tady nejsou ty statisíce turistů. Samozřejmě to jsou nádherná města, rád tam jezdím. Ale tady se dá ještě normálně žít. Zatím.

Jak hluboké kořeny máš v Olomouci?

Řekl bych, že hodně hluboké. I když s naší olomouckou rodinou hodně zatřásla II. světová válka. Můj tatínek byl lékař, který promoval v Praze již v roce 1938 a řekl bych, že dost renomovaný byl v 60. letech 20. století. Porodník a gynekolog, dokonce pracoval několik let v NDR i na Kubě a následně byl primářem porodnice ve Šternberku. Nicméně, jak už to bývá, v době totalitní, kdo nebyl z věrchušky, tak když měl 60 let, sice mu všichni nadšeně poblahopřáli, ale týden poté mu řekli – pane primáři, vy přece odcházíte do důchodu, že? Poslali ho okamžitě do penze, což velice těžce nesl. Jeho život byl pohnutý, protože se mu podařilo ještě v červnu 1939 emigrovat z obsazeného Československa. Následoval své dvě sestry, které odjely vlakem z Olomouce do Vídně, pokračovaly

do Itálie a lodí do svobodného přístavu Tanger na území dnešního Maroka. Otec uvažoval, jak se dostane do toho Tangeru, dokonce uvažoval o přechodu přes Alpy, nakonec se mu podařilo dostat na loď z Janova do Tangeru. Cesta nebyla jednoduchá: loď musela cestou zakotvit ve Španělsku, takže viděl, jak vypadalo Španělsko po občanské válce. Dostal se do Tangeru až po řadě dnů plavby, ale již 3 dny poté (1. září 1939) začala II. světová válka.

Jak dlouho žil v Tangeru?

Zůstal tam několik měsíců. Velice záhy si na českém konzulátu v Casablance podal žádost o vstup do naší armády, ale vzhledem k tomu, že byl v uzavřené enklávě, tak to nebylo možné. Pak se mu podařilo s několika dalšími přáteli dostat na Gibraltar, odkud jel konvoj. Odpluli až k americkým břehům a pak kolem Islandu konečně do Británie. Jeho anabázi jsem zpracoval v knize jeho vzpomínek (které jsem našel řadu let po jeho smrti a po jejich zpracování, doplnění fotografií a fotokopii řady dokumentů dal roku 2014 do tisku) – kniha vyšla v roce 2015 zde v Olomouci v univerzitním nakladatelství pod názvem „Byl jsem při tom a nežil jsem zbytečně“ a myslím, že je ještě v univerzitní prodejně v arsenálu k dostání.

Co dělal po válce, jaký byl jeho návrat domů?

Po válce se vrátil do Olomouce, ale všichni, kdo tu z rodiny zůstali, nepřežili. To v něm jistě zanechalo trisťný pocit. Když jsem se ho ptal, jak to bylo třeba s domem jeho rodičů, říkal: „Ani já ani moji přátelé jsme se o to vůbec nestarali. Byli jsme rádi, že jsme

aspoň my přežili.“ S maminkou se pak seznámil na plese letců v Olomouci. V roce 1950 jsem se narodil, a přestože část naší rodiny byla nacisty vyvražděna, tak mně od malička otec říkal: „Kromě češtiny musíš umět dobře německy! S německy mluvícími zeměmi máme nejdelší hranici!“

Dbal jsi na jeho radu?

Já jsem tak nějak vnitřně tu němčinu nenáviděl, nicméně jsem na ni chodil. Už se málo ví, že tehdy byla možnost na mé olomoucké devítiletce (Komenium) chodit na nepovinnou angličtinu. Tak jsem u mořického kostela chodil na nepovinnou angličtinu, která mě mnohem víc bavila než němčina a začal toužit po tom, abych viděl Londýn a New York. Když jsem potom na gymplu dělal také angličtinu, tak jsem tu němčinu trochu odsunul, ale po absolvování brněnské techniky jsem si udělal státní zkoušku jak z angličtiny, tak následně i z němčiny.

Co rok 1968, jaký byl v Tvém životě?

Měl jsem domluvenou letní brigádu na farmě v Anglii s tím, že mi příbuzní zaplatili jakési zápisné asi 5 liber. Moje letenka Praha – Londýn měla datum 23. 8. 1968. Samozřejmě jsem nikam neletěl; tady létala úplně jiná letadla. Ještě před tím jsme začátkem srpna byli celá rodina autem v Belgii u strýce. Tatínek ho od války neviděl. Když jsme se vraceli, bylo zrovna 21. srpna – kličkovali jsme občas mezi tanky anebo jeli od Rozvadova po okresních silnicích, kde ještě Rusové nebyli. V Brně ale byly u silnic jen lehké tanky polské paradesantní brigády. Naše auto mělo českou SPZ, takže jsme jen



V belgických Bruggách v roce 1968, Roman je vlevo.



Závody v Arnhemu v roce 1980.

kolem nich pomalu projeli... Pak jsme raději seděli doma, Rusové, jak známo, tehdy stříleli na každého, kdo byl tam, kde neměl (podle jejich názoru) být... Zahynuly desítky lidí, ale dlouho se o tom nesmělo mluvit – vlastně až do listopadu 1989.

A co tvá brigáda v Anglii?

Odjel jsem na ni až v září. Přes NSR a Francii vlakem, pak lodí z Calais do Doveru a dále do Londýna. Ve vlaku z Prahy jsem jel v kupé s dvěma děvčaty, která jela do Británie jako au-pairky. Protože jsme v Paříži museli jet na jiné nádraží k vlaku Paříž – Calais – Dover – Londýn, složili jsme se na taxi a vše zdárně absolvovali. Vlak tehdy v Calais vjel na trajekt a pak z Doveru pokračoval do Londýna. Já tam pokračoval po přestupu dále vlakem do Manchesteru, kde bydleli vzdálení příbuzní, kam jsem dorazil po 46 hodinách jízdy vlaky z Olomouce. Unavený jsem ve vlaku z Londýna usnul a probudila mě až uklízečka. Tak jsem vystoupil konečně z vlaku a šel do nádražní haly, protože příbuzné, kteří na mne měli čekat, jsem neviděl. Šel jsem proto k telefonní budce. Příbuzní mne čekali původně u vlaku, ale protože jsem zaspal tak odjeli a pak po zavolání znovu pro mne přijeli. Bydlel jsem u nich a od nich také volal firmě zajišťující domluvenou brigádu,

aby mi vrátili uhrazené vložné. Uznali sice, že ruská invaze byla překážkou mého včasného příletu, ale že mi nic nevrátí a převedou mi vložné na další rok – tak jsem jel o rok později do Británie znovu.

Co Tvá angličtina, užítkoval jsi ji?

Jasně. Když se mě imigrační úředník v Doveru v září 1968 ptal, jak dlouho hodlám setrvat v Británii, řekl jsem, že asi 14 dní, maximálně 3 týdny, tak kroutil hlavou, protože v té době – kdo se dostal do Británie, už tam zůstal. Mnozí na mnoho desítek dalších let. Tak říkám: „No jo, ale mně v říjnu začíná semestr!“ Takže jsem se po skončení pobytu v Manchesteru u příbuzných, kteří se mnou a jejich dvěma syny vyjeli také na jeden víkend do Londýna, vrátil domů. Nicméně jak jsem již řekl, o rok později jsem do Británie na brigádu odjel. Ta brigáda se konala ve městečku Fladbury v hrabství Worcestershire. Bydleli jsme tam v ubytovně, 30 lidí z 12 zemí. Já jediný z Československa. Byli tam Francouzi, Belgičani, Holanďani, Malajci, prostě z různých států. Viděl jsem tam tehdy také v přímém přenosu přistání Američanů na Měsíci! Kupodivu, byl jsem jedním asi ze tří, kdo uměl obstojně anglicky, díky tomu jsem měl hned práci. Od sbírání jahod po zavlažování, noční směny od 18 do 6.

Nafasoval jsem jako pomocníka kluka z Polska, šéf mi řekl: „S tím se domluvíš, vy mluvíte skoro stejně.“ Jenže mi neřekli, že je téměř barvoslepý, což byl v noci problém. Pro zavlažování jsme čerpali vodu přenosným čerpadlem a za 2 hodiny jsme museli vše zastavit, rozpojit trubky, posunout zavlažovací zařízení o kus dál, atd. Noční 12 hodinová směna uběhla jinak v pohodě – bylo to v létě a celkem teplo i v noci. Navíc dobře placené, takže před návratem domů jsem si mohl koupit vysněné manšestrové džíny za 7,5 libry. To tam byl tehdy dvoudenní plat.

Ještě jsi nemluvil o plavání. Kdy jsi se k němu dostal?

Rok 1969 byl pro mne zajímavý tím, že už jsem sice byl studentem strojí fakulty v Brně, ale pořád se mi nedařilo dostat pod minutu na 100 m kraul. Až z roku 1969 mám schovaný diplom „100 m kraul 59,1“. Tak až v Brně jsem dosáhl konečně kýženého času pod 1 minutu, což byl v té době slušný čas. Jak jsem vlastně začal plavat? Někdy, to mi bylo asi 11 let, jsem rád plaval a přihlásil jsem se do tehdejšího plaveckého oddílu Slavie na sokolském bazéně v Olomouci, načež mi bylo sděleno, že jsem příliš mladý a že tak mladé neberou. Až když mi bylo 13 let, byly jakési otevřené závody na „Sokoláku“ (býval tam 50 m betonový bazén i se skákací

věží, ten dnes už neexistuje, je tam minigolfově hřiště). Na těch otevřených závodech měl každý uplavat bazén na šířku tj. 20 m na čas. Následně mi přišel korespondenční lístek: „Pro tvé nadání k plavání jsme si tě vybrali, že budeš příští člen našeho oddílu.“ Ten lístek mám ještě dodnes schovaný. To bylo v roce 1963, když mi bylo 13 let. Takže jsem se stal členem plaveckého oddílu.

V té době se začal stavět krytý 50 metrový bazén v Olomouci, kam jsme jako kluci – členové plaveckého oddílu, chodili na brigády. Kopali jsme přípojky – to bylo dobré v rámci kondičky. V létě se jezdilo na soustředění na Pastviny, kde jsme bydleli ve stanech s podsadou. Děvčata měla za úkol štípat dřevo, my kluci zase škrabat brambory v kuchyni. Byl to vždy takový „poloskautský“ tábor. Samozřejmě ráno rozcvička, běžet do jezera žamberské přehrady, osmělit se a něco uplavat v té – na naše poměry – strašně studené vodě. Odpoledne bylo tzv. člunkování, takže jsme se naučili jezdit na kánoí. Až postupem času tam olomoucká univerzita zbudovala nějaké zděné budovy... Bylo to tam velice příjemné a věřím tomu, že tam studenti jezdí dodnes, i když už nebydlí ve stanech s podsadou a je jim určitě „vařeno“.

Když jsem pak studoval v Brně, trénoval jsem s brněnskými plavci v 25 m bazénu Ponávka. A když byly prázdniny, trénoval jsem zase u svého mateřského oddílu v Slavia VŠ Olomouc. Jednoho krásného dne v 70. letech se stalo, že ještě s nedolčenou angínou (už jsem to nemohl doma vydržet) jsem šel na trénink, ale ještě jsem užíval antibiotika. Půl roku na to jsem začal mít velké problémy s dechem a se srdcem, tak jsem šel na tělovýchovné lékařství, aby zjistili, co se děje. Docent Jirka mi tehdy sdělil: „No víš, máš tzv. extrasystoly, tzn. nepravidelný tep srdce, pravděpodobně tzv. revmatická horečka. Teď by to chtělo klid, a buď se to zlepší, nebo se to zhorší.“

Modrá je dobrá!

Uplynulo několik týdnů. Byl jsem hospitalizován v olomoucké nemocnici,

na III. Interně u prof. Pelikána. Musel jsem dokonce kvůli tomu přerušit studium, takže opravdu jsem na tom zdravotně nebyl nejlépe. Pak jsem se zase po řadě týdnů vrátil do Brna na studia a myslel jsem, že s plaváním je navždy konec. Doběhnout tramvaj, která byla 20 m ode mne, bylo pro mne nemyslitelné. Tehdy si mě pozvali na vojenskou správu v Brně. Měli tam fascikl jakýchsi dokladů a s velkou lítostí mi šéf nějaké komise sdělil, že jsem vojenské služby neschopen. Tak jsem jen vykotal: „To teda budu mít modrou knížku?“ „Ano soudruhu, budeš mít modrou knížku.“ Řekl bych, že to byl jeden z nejšťastnějších dnů mého života. Nebudu muset trpět v těch kopřivácích (to tehdy byly ty mundúry jako za trest) a oxidovat někde rok na vojně u nějakého útvaru po vysoké. Zdravotní problémy jsem nějak pominul.

Nechyběl Ti sport?

Určitě. Uplynul rok, bydlel jsem tehdy na brněnských kolejích Purkyňova na konečné tramvaje –snad třináctky? Nedaleko kolejí byla v Medláncích střelnice. Střílení mě vždy bavilo, tak jsem se tam šel zeptat. „Jo, jo, jo, potřebujeme střelce,“ říkali. Já: „Mě by strašně bavila střelba z pistole.“ „Ale uvidíme, tady každý začíná puškou a momentálně žádné pistole na zapůjčení na rozdíl od pušek nemáme.“ Dali mi do ruky malorážku, ukázali mi co a jak, lehni a střílej na terč 50 m vleže. Říkali dobrý, dobrý, dobrý... Vůbec jsem nevěděl, kam střílím, protože do dalekohledu koukali jen dva trenéři. Pak řekli – tak a teď to zkusíme, jak se to má – střelba vleže s řemenem. To bylo úterý, pak středa a čtvrtek. A v sobotu byly závody, tak mne dali do družstva a střílel jsem hned jakousi krajskou soutěž. Okamžitě jsem splnil limit 3. výkonnostní třídy a začal jsem chodit střílet pravidelně. Za měsíc jsem měl 2. výkonnostní třídu a za pár týdnů i jedničku. Ale přece jen, člověk při tom leží, posiluje jen ruce a dýchání je taky důležité. Shodou okolností vedle na pokoji bydlel spolužák z fakulty, který měl tak 1,90 m a 120 kg. Říká: „Hele, já mám nějakou nadváhu. S tím musím něco udělat. Co kdybys se

mnou začal chodit běhat?“ „No já toho moc neuběhnu, jsem na tom špatně.“ A on říká – já taky. A tak jsme začali, obden jsme doslova jen vyšli z kolejí k místnímu lesíku. Ty první „běžecké tréninky“ byly o tom, že jsme ušli 500 m tam, 500 m zpět. Byli jsme udýchaní. Začali jsme ty dávky zvyšovat a po půl roce jsme opravdu začali běhat. Pravděpodobně díky tomu se to moje srdce umravnilo a když jsem skončil studia v roce 1974, tak jsem si připadal téměř jako zdravý. Samozřejmě jsem to nikde neventiloval. Po promoci jsem odešel do Olomouce a nastoupil jsem hned jako ekonom do Prefy.

Pamatuju se, že noviny kdysi psaly, že jsi měl těžkou havárii...

Sešel se rok s rokem, oženil jsem se. V září 1975 jsme odjeli na svatební cestu do Rumunska, jenže při zpáteční cestě, asi 60 km od maďarských hranic, nás „osolil“ rumunský nákladník, takže 7 dnů po svatbě jsem se stal vdovcem. To jsem se dozvěděl, až když mě převezli do Olomouce. Opravdu jsem utekl hrobařovi z lopaty. Kromě polámaných žeber, propíchnuté plíce, pneumotoraxu a zlomené lopatky jsem se po klinické smrti, 16 hodinách bezvědomí probudil s amputovanou pravou nohou a sešroubovanou levou. Později jsem se dozvěděl, že tu havárii jsem přežil jen díky tomu, že jsem měl vytrénované srdce. Takže i přes tu revmatickou horečku vlastně tím, že jsem se zatnul a chodil běhat, to moje srdce bývalého trénovaného plavce vydrželo.

Jak ses vyrovnával s následky zranění?

O tom je dokument ostravské televize, který se jmenuje „Devět sekund“. Jeho scénář napsal ostravský redaktor Dalibor Záruba, který mne někdy v roce 1979 odchytl na bazéně po tréninku. Rok poté za to dostal Laufarovu cenu! Počátkem roku 1976 jsem začal znovu plavat v rámci rehabilitace v Kladrubech u Vlašimi, ale koncem dubna jsem se již vrátil domů a pokračoval v rehabilitaci v Olomouci a také jsem chodil plavat na krytý bazén. Ale již v květnu 1976 bylo shodou okolností Mistrovství republiky tělesně

postižených v Olomouci. Plaval jsem na něm stovku kraula a hned jsem udělal nový československý rekord. Byl jsem tehdy jediný, kdo ovládal kotoulovou obrátku a tam ostatní hodně ztratili. Plíce již byly v pořádku, srdce také fungovalo výborně a mnohaletý dávný trénink všech plaveckých stylů jsem nezapomněl. V současné době, ve svých 72 letech, mám stále klidovou tepovou frekvenci 49. Občas se mne lékaři ptají, jestli nemám závratě či neupadám do bezvědomí, ale frekvence se zvedne, když plavu závodně. Z neduživého chlapečka, který v 10 letech vážil 27 kg, byl kost a kůže, a musel být vyslán na ozdravný tábor do Zlatých Hor, aby ho tam i nakrmili, jsem se pak, díky tomu plavání, vypracoval.

Jak jsi žil dál po tom neštěstí? Pokračoval jsi v plavání?

Při té rehabilitaci v Kladrubech mi rehabilitační sestra Hana Marčíková řekla, že bych mohl plavat znovu závodně, ale za tělesně postižené. Vzal jsem ji za slovo a následně se mi podařilo získat 27 titulů v různých plaveckých disciplínách, 13 československých rekordů a řady dalších medailí u nás i v zahraničí. V roce 1980 se konala Olympiáda v Moskvě, tělesně postižení tam ale paralympiádu neměli. Rusové tehdy řekli, že u nich postižení nejsou. „U nás nět invalidov“, a tak paralympiádu neuspořádali. Paralympiáda se konala v holandském Arnhemu. Tehdy se ještě jmenovala Olympiáda postižených a poprvé se konala pro tři druhy postižení – pro nevidomé, vozíčkáře/para a amputaře. Z Prahy nás tam odjelo šest sportovců a šest funkcionářů. Vybojoval jsem tam jako jediný československý účastník hned dvě medaile – stříbrnou na 100 m motýlek a bronzovou na 200 m OPZ (osobní polohovka, kdy se každých 50 m plave jiným stylem).

Po návratu z Arnhemu jsem zvažoval pokračování v tréninku, abych přece jenom vybojoval zlato na příští paralympiádě. Ale ta další paralympiáda byla v New Yorku a předem nám bylo řečeno, že tam od nás nikdo nepojede. Tak jsem ještě pár let plaval místní soutěže a soutěže v okolních



Na Brooklynském mostu v New Yorku.



V olomoucké galerii Mona Lisa je Roman vpravo, vedle něj bratr Libor a vlevo malíř Oldřich Jelínek, který v galerii momentálně vystavuje své dílo.

„socialistických“ zemích a v roce 1983 jsem s aktivní plaveckou kariérou v kategorii postižených skončil a začal se více věnovat (tehdy jen sezónnímu sportu) – alpskému lyžování. Pak jsem byl v roce 1984 nominován na zimní paralympiádu do Innsbrucku, ale večer před odjezdem do Prahy mi volali, že nejedu – místo mě jel nějaký funkcionář. Mé jméno jen zůstalo ve startovní listině...

Lyžování? A jak se Ti dařilo?

Lyžoval jsem asi od roku 1978 mezi tělesně postiženými, ve skupině LW2 – tj. těmi, kteří lyžují na jedné noze a v rukou mají tzv. stabilizátory – v podstatě francouzské berle zakončené malými lyžičkami (zpočátku jsme je pracně získávali přes známé z Rakouska, později jsme našli jedno výrobní družstvo v Dolanech a ve spolupráci s olomouckou univerzitou je pro čsl. TP lyžaře vyrobilo). Zúčastnil jsem se řady soutěží ve sjezdovém lyžování, jezdil evropské poháry a zejména soutěže v Rakousku. Vymysleli jsme totiž „družbu“ s „dělnickým sportovním klubem postižených“ v Rakousku a oni zvali nás na jejich soutěže a oni k nám jezdili recipročně na naše. My tak dostali tzv. „modrák“, který nás opravňoval k vystavení „výjezdni doložky“ a tím jsme pak mohli žádat o rakouské vízum a přiděl valut na JEDEN den, abychom tam dojeli. Oni platili náš pobyt u nich a my pak jejich u nás – to se ještě dalo ve Špindlu nebo tady v Jeseníkách v té době ufinancovat.

Když došlo k převratu v listopadu 1989, tak mi volali kluci ze Slovenska: „Roman, vieš ty čo, na budúci rok sú Majstrovstvá sveta v lyžovaní v Coloradu v Amerike. Veď ty si taký múdry, zkus to zariadiť.“ Slovenští kamarádi mi poslali kopii zvacího dopisu z Colorada. V té době ještě nebyly mobily ani internet, tak jsem napsal dopis do Denveru, že máme zájem se zúčastnit. A opravdu ještě před Vánocemi mi přišla obrovská obálka, že by nás velice rádi přivítali. Začal jsem zjišťovat, jestli by byli nějakí sponzoři, kteří by nás podpořili. Nikdo – ani místní, krajský nebo celorepublikový Svaz invalidů nebo ČSTV nám pouze vyjádřili

„morální podporu“, ale žádné peníze. Řekl jsem si ale, že tentokrát udělám vše proto, aby to vyšlo. Moje touha od mládí byla podívat se do Spojených států a navíc jsem měl na paměti začátek roku 1968, kdy vše vypadalo tak nadějně a za pár měsíců bylo vše jinak! Tak jsem prodal auto, abych měl na letenku, což tatínka velice hnětlo a říkal: „Kdy si na další auto vyděláš?“ Říkám mu: „Víš jak to bylo v roce 1968 – za dva roky bylo všechno jinak, a třeba je to moje první a poslední možnost se podívat do Ameriky...“ Telefonicky jsem pak vyřídil s americkými organizátory, aby nám sehnali sponzory, kteří budou schopni a ochotni složit za nás startovné USD 220/osobu. Letenky do New Yorku jsme mohli koupit za koruny v Praze, ale startovné zaplatit u nás nešlo. Pro nás to byly již navíc finanční „nebeské výšiny“. Já se mylně domníval, že nějaký bohatý sponzor za nás tři těch USD 660 složil... až tam jsem zjistil, že se na nás složilo skoro TRICET dárců...

Jak to dopadlo, jel jsi do Ameriky?

V té době jsem již pracoval v Intersig-mě Praha, ale na olomouckém pracovišti a tak jsem skioro každý týden jezdil do Prahy na služební jednání. Přespával jsem tam vždy den před jednáním u kamaráda. Ten mi na můj plán říkal: Ale to bys mohl zajít za paní

STB... (velvyslankyně USA Shirley Temple Black), třeba by vám mohla nějak pomoci. Další den před služebním jednáním jsem odjel tramvají na Malostranské náměstí a pak honem na americkou ambasádu (to byl leden 1990!), a tam se mne na vrátnici ptali: „Na kolik jste objednan u paní velvyslankyně?“ „No já nejsem objednan, ale potřeboval bych s ní nutně mluvit.“ „Nejbližší termín máme 15. února.“ Říkám: „To je dobrý, ale to už musím být ve Spojených státech. To mi nijak nepomůže.“ Ale napadla mne taková myšlenka: „Máte tady kulturního atašé?“ „Jo, pan XY je tady.“ „A kdy by měl dnes čas?“ „Jestli můžete, přijďte ve 3 odpoledne.“ „Dobře.“ Odjel jsem na jednání, odpoledne jsem se vrátil, přijali mne v kanceláři a dotyčný kulturní atašé zavolal jednu paní, jejíž jméno nemůžu zapomenout, protože se jmenovala Nováková. Říkal jí anglicky, ať donese jakousi knížku. Tak jsem si bláhově pomyslel – asi ji poslal pro šekovou knížku a dá nám šek, který nám pomůže! No, poslal ji pro knížku, ale ne šekovou. Donesla knihu. Zase jí něco řekl. Šla vedle, ofotila několik stran, ty mi pak dali: byl to soupis asi 40 českých a slovenských emigrantských organizací v USA. „Tihle by vám mohli pomoci,“ řekl. Takže jsem byl zase tam, kde jsem byl, protože v té době to bylo tak na půl roku

Roman Gronský uspěl jako plavec.



korespondování. Nicméně jsem poděkoval a s hlavou jak včelín odjel domů. Následně mi můj kamarád sdělil: „Znám se s dcerou Věry Čáslavské, Věra je teď na Hradě, třeba by vám pomohla.“ Tak jsem se spojil s Věrou Čáslavskou, vysvětlil jsem jí situaci. Odpověděla: „Moc toho teď neuděláme, je to narychlo. Ale promluví s paní Olgou Havlovou, ona má Nadaci, třeba by vám nějak pomohla.“ Pak jsem se ještě obrátil na manažera některých sportovců, který řekl, že nám pomůže nějakou tisícovkou a po návratu jsme dostali příspěvek z Nadace. Ve hře byla dokonce varianta letět s V. Havlem, ale tomu jsem nevěřil, že by to vyšlo.

Museli jsme mít hned peníze na letenky Praha – New York. Ty stály přes 20 tisíc/osobu, což tehdy byly velké peníze. Kluci ze Slovenska mi řekli, že si ty peníze seženou. Oba byli také po amputaci dolní končetiny, ten druhý navíc ještě i ruky. Byli jsme taková dobrá skvadra – tři lyžaři – tři nohy, 5 rukou... Volal jsem klukům na Slovensko a říkám: „Kluci, potřebuju peníze v Olomouci. Když budu vyřizovat letenky a ta víza v Praze (to bylo Československo), tak musím mít peníze (tehdy nějaký online okamžitý bankovní převod neexistoval).“ „Nie je problém, tie peniaze pošleme telegraficky a pasy ti pošleme po vodiči autobusu linky Prievidza Olomouc.“ A opravdu druhý den jsem si na autobusovém nádraží u řidiče autobusu vyzvedl obálku s pasy a pak večer u nás někdo zazvonil u dveří: poslíček, co roznášel telegramy. Chodil s malinkou taštičkou (telegramy byly blankety, na kterých byly nalepeny zprávy). Říká do haustelefonu u dveří: „Nesu vám telegram. Ale já vám to potřebuju předat osobně.“ Bydleli jsme tehdy v přízemí, otevřel jsem mu. „Já jsem vám donesl peníze,“ řekl. V té taštičce měl tenkrát tu sumu. Třesoucí rukou mi vysázel 40 tisíc v zelených stovkách a říkal: „Já jsem se tak bál,“ a já k tomu dodal: „No on nikdo nevěděl, že nesete peníze (za které se tehdy dalo pořídit slušné auto). O dva dny později jsem odjel do Prahy s 60 tisíci koupit letenky. Až když byly zaplacené i zpáteční letenky Praha–New York, tak jsme mohli

dostat vízum. Mohli jsme tak odletět. O tom, jak jsme se dostali z NYC letectvy do Denveru a pak ofic. zapůjčeným autem (poprvé v životě jsem řídil vůz s automatickou převodovkou) do místa konání MS ve Winter Parku... to je již jiná story.

Co bylo po listopadu 1989, nepřestal jsi sportovat?

Co se týče plavání, posléze jsem se znovu oženil, měli jsme malé děti, učili jsme je plavat a lyžovat. Na dovolenou jsme pravidelně jezdili naší škodovkou na Zemplínskou Šíravu pod stan nebo na Lipno, objížděli jsme s nimi hrady a zámky. Později také do Chorvatska na Istrii – samozřejmě také pod stan. Hlavně, že děti byly u vody a také něco viděly a zažily. Až po roce 2000 jsem se začal zajímat o sport sportovců židovského původu. Jednou za rok jsem jel na Letní hry Hakoach, organizované největším sportovním klubem v různých městech u nás. Hakoach Praha sdružoval židovské sportovce tehdy nejen z Prahy, ale jako první obnovený po listopadu 1989 i sportovce z jiných měst. Dlužno říci, že za I. republiky bylo v Československu – zahrnující Čechy, Moravu, Slezsko, Slovensko a Podkarpatskou Rus – 100 židovských sportovních klubů. Dokonce v roce 1929 byla 1. Evropská makabiáda u nás. I když wikipedia tvrdí, že to bylo v Praze, byla v Ostravě-Vítkovicích. Bylo tolik klubů, že se hrála dokonce fotbalová liga a od tenisu až po lyžování tu bylo všechno. V únoru 1936 byla dokonce 2. světová zimní makabiáda v Banské Bystrici. Nicméně – válka více než zdecimovala naši židovskou populaci, Rusové si nechali Podkarpatskou Rus za to, že nás osvobodili, takže tam odpadla i tato řada oddílů a komunit. Koncem 90. let bylo obnoveno pouze 7 klubů, ale jen 4 kluby měly sportovce s právem návratu, tzn., že jejich členové měli minimálně jednoho z rodičů židovského původu.

Stal jsem se členem Hakoah a začal jsem se zúčastňovat plavání a pokud byla, tak i střelby. Posledních dvacet let totiž pěstuji mj. sportovní střelbu v pistolových disciplínách v řadách těl.

postižených – pravidla jsou stejná jako pro nepostižené jen s tím rozdílem, že při střelbě můžeme sedět. V roce 2013 jsem byl na své první světové makabiádě v Izraeli a soutěžil ve střelbě ze vzduchové pistole a libovolné pistole, ale obsadil jsem jen 5. a 6. místo. Následně došlo k tomu, že mi jeden sportovec z Prahy na jedné plavecké soutěži řekl: „Ty tak dobře plaveš, že bys to mohl dělat i na mezinárodní úrovni, na Makabiádách jsou totiž veteránské kategorie. Měl by ses tomu víc věnovat.“ Tak jsem se začal od roku 2017 věnovat zejména plavání. Začal jsem pravidelně trénovat a 2019 jsem se zúčastnil nejen jako vedoucí, ale i jako člen sportovní výpravy České republiky Evropské Makabiády v Budapešti, kde jsem se stal nejen nejlepším českým, ale i mezinárodním účastníkem. Dovezl jsem totiž 5 zlatých a 3 stříbrné medaile v plaveckých disciplínách v kategorii do 70 let. Samozřejmě v kategorii uvedených veteránů, kdy jsem nebral samozřejmě ohled na to, jestli jsem nebo nejsem tělesně postižený. Plavání je o to jednodušší, že během několika dní můžete startovat třeba v 10 disciplínách (to není nijak omezeno) a z každého závodu můžete dosáhnout na medaili. Např. ale ve stolním tenise, kdy se celý týden snažíte a máte-li štěstí, tak dosáhnete na finále, kde můžete mít jen stříbro nebo zlato. A když vypadnete ve 3. kole, nemáte nic. Takže zatímco jsem v Budapešti startoval v kategorii do 70 let a staříci byli ohromeni, že je poráží někdo, kdo má jednu nohu, v letošním roce jsem se v Izraeli zúčastnil 21. světové makabiády v kategorii do 74, kde jsem získal jednu zlatou a 5 bronzových medailí. Ta zlatá byla na 400 m kraula, bronzové za 3 individuální (50 m znak, 200 m kraul a 200 m OPZ) a 2 ze štafet (mohli jsem postavit mezinárodní štafety), k tomu tři čtvrtá místa, dvě pátá. Mezi „normálními“ sportovci by to byla snová medailová žeň. Další světová Makabiáda bude ne za 4, ale za 3 roky, protože ta letošní byla o rok posunuta kvůli covidu. Jestli se zúčastním, nevím, jaký bude můj tělesný i finanční stav. Uvidíme za 3 roky!

Iva Jenišťová



Jak senioři využívají svého vzdělání

Prožili život s hlavou v knihách a učebnicích. Lidé, kteří si na vzdělání potrpěli, dospěli do seniorského věku. A dnes se zamýšlejí nad tím, k čemu jim vlastně celoživotní vzdělávání bylo. Proč jsou odpovědi na podobné otázky důležité? Je to vzkaz dalším generacím a bude-li o informace zájem, lze jich využít.

Současní senioři tedy mladším vzkazují: „Učte se, snažte se mít přehled.“ Ale zároveň uznávají, že třeba i devadesát procent ze všeho, co se v životě naučili a načetli, nikdy nepotřebovali použít. „Ve škole jsme zažili těžké biflování, museli jsme znát věci, které byly těžce odborné. V matematice jsme počítali matice, četli jsme romány v latinské řeči, v chemii se šprtali vzorce sloučenin. Bylo to k ničemu. Co je základ, je umět dobře česky. K tomu třeba umět vypočítat obsah plochy, kterou chci vysypat pískem, abych věděl, kolik jej mám nakoupit a pak ještě znát základní zeměpisná fakta. To stačí, ostatní věci si vždycky někde vyhledáte. Jasně, pokud se na nějakou oblast chci specializovat, pak prosím. Chci být odborník na ornitologii, tak musím jít do hloubky. Ale nechápu, proč by měli být odborníky všichni,“ zamýšlí se nad praktikami českého školství, které jsou i dnes leckdy podobné těm dávným, Pavel Kubáň z Olomouce. I on si ale pochvaluje, že nebýt školy a drilu při výuce německého jazyka, neznal by žádnou cizí řeč. „Chtěl jsem se pak naučit ještě anglicky, ale v dospělosti už to prostě nešlo, nebyl na to čas a chyběly ty správné buňky,“ povzdechl si tříasedmdesátiletý senior.

PŘECE TO NEZAHODÍM!

Na druhé straně stojí zastánci drilu a biflování. Jedním z nich je šestašedesátiletý Jaroslav Kárný z Drahotuše, který je přesvědčen, že nabyté vědomosti využívá každý den. „Dbám na čistou češtinu a i když používám esemesky, vždy se přísně držím pravidel pravopisu. A vyžaduji to i po svém okolí. Když už jsem se jednou tolik nadřel, abych si byl jistý ve shodě přísudku s podmětem a uměl používat měkké i a tvrdé y, tak to přece jen tak nezařadím a nezačnu psát jako neandrtálec. Nebo

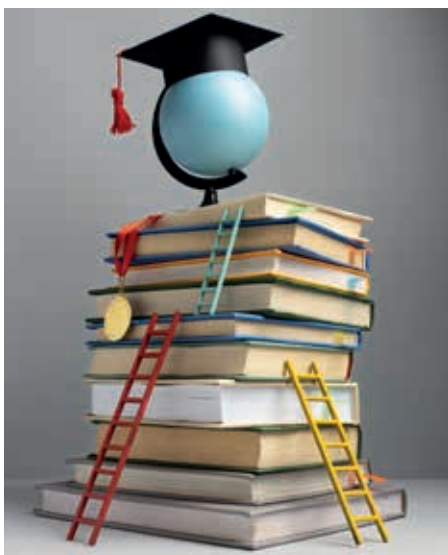
když sázím Sportku, umím si vypočítat pravděpodobnost výhry. Vím, že to je jen číslo a stát se může všechno, ale když si spočítáte, že je vaše šance jen jedna ku šesti milionům, raději si za stovku koupíte knížku anekdot,“ říká pan Jaroslav s úsměvem. Další příklad poskytl pan Radoslav Krump z Tovačova. Podle něj je vzdělávání potřebné v každém věku. „Já oceňuji, že jsem měl možnost si nastudovat botaniku tak dobře, že se dnes u mě scházejí známí a řeší se mnou to, co o zahradě nebo sadu nevědí. Troufnu si tvrdit, že už vím vše o roubování, ošetřování dřevin, dokážu rozeznat jednotlivé druhy jabloní, hrušní nebo slivoní, vím, co platí na jakého škůdce, poradím, co vysazovat v jakých přírodních podmínkách. Bez studia, které si stále doplňuji, bych byl břídil. Ale jinak souhlasím s názorem, že snažte se učit tak, že se žáci a studenti něco naučí nazpaměť a učitelé je pak z toho vyzkouší a udělají za tím jednou provždy tečku, jsou hodně špatné. Nejvíce totiž člověka naučí, když něco v reálném životě potřebuje. Ať už je to řeč, nějaký výpočet, geografická souvislost nebo třeba touha dozvědět se něco

z historie. Bez motivace nejsou výsledky, to ví přece každý,“ zamýšlí se pan Radoslav.

LEPŠÍ SLOVNÍ ZÁSoba

„Když luštím křížovku, už mě to skoro nebaví. Všechna políčka mám vyplněná za pár minut a znám tajenku, přitom mám pocit, že se stále opakuji ta stejná slova, i když vím, že je to jen můj dojem. Nic mě nepřekvapí. Je to výsledek dlouhodobé záliby v luštění a zároveň snahy uchovat si všeobecný přehled. Dřív, když jsem nevěděla, co napsat například u legendy „řeka v Latinské Americe“, vzala jsem mapu a celý večer ji studovala. Příště jsem biflovala třeba anglická slovíčka, národní espézetky, latinské názvy zvířat a rostlin,“ vyznává se Marie Bukovanská ze Šumperka. A jak své vědomosti dokázala využít? „No, často mám pocit, že nejsem úplně blbá. Vím třeba, jak se co píše, zlepšila jsem si i slovní zásobu a mám přehled i o věcech, které jsem nikdy nepotřebovala. Vím, že portugalská řeka je Douro, ale je mi jasné, že se k ní nikdy nepodívám,“ směje se osmdesátiletá paní Marie. Nejkrásnější poselství má v souvislosti s naším tématem paní Milada Hronová z Přestavlk, která říká: „Když u sebe mám vnučata, snažím se jim předat co nejvíce z toho, co jsem se v životě naučila. Vím, že když se totéž snaží dělat rodiče, tak to úplně nefunguje. Babičky a dědečkové jsou často dětmi vnímání daleko pozorněji. Proto se jim snažím vysvětlit, co je v životě důležité a co ne, snažím se je například lidovou formou naučit různým výpočtům. Třeba když jdeme koupit granule pro psa, spočítáme si, na jak dlouhou dobu mu vystačí tříkilové nebo pětikilové balení, když sní denně deset deka. To už děti zvládnou samy a mají z toho radost,“ vysvětlila osmašedesátiletá babička.

Martin Horák



Cena Thálie pro Sergia Méndez Romera bude zdobit foyer Moravského divadla

Čerstvému držiteli Ceny Thálie Sergiu Méndezovi Romerovi pogrataloval k velkému úspěchu také primátor města Olomouce Mirek Žbánek. Překrásná cena pro tanečníka Moravského divadla Olomouc představuje ocenění nejen pro něj samotného, ale také pro divadlo i město. Návštěvníci divadla ji budou moci obdivovat ve foyer, kde bude vystavená.

Sergio Méndez Romero přesvědčil porotu svým pravdivým tanečním výrazem v inscenaci Sóló pro tři. Za svůj mimořádný a přesvědčivý výkon byl v září nominován do užšího výběru Cen Thálie 2022 v kategorii Balet, tanec a pohybové divadlo, a svou nominaci proměnil 8. října 2022 ve vítězství.

„Je to krásný úspěch a já nejen vám, Sergio, ale také celému divadlu moc blahopřeji. Věřím, že Cena Thálie umí být pro návštěvníky divadla velkým lákadlem a pro Olomouc také silným argumentem, proč Moravské divadlo nadále podporovat,“ uvedl primátor Žbánek.

Sergio Méndez Romero, rodák ze španělského Madridu, působí jako sólista baletu Moravského divadla od sezony 2021/2022. Jeho první rolí se stala právě tato osudová postava Jeho v inscenaci Sóló pro tři, v níž s kytarou v ruce ztvárňuje básníky Jacquese Brela, Karla Kryla a Vladimira Vysockého. Porota ocenila hlavně Sergiův pravdivý taneční výraz, kdy pohybem nevyjadřuje pouze texty, ale především jejich smysl, hloubku a niterná sdělení.

„Thálie je nejprestižnější ocenění za umění v České republice, takže je pro mě v první řadě obrovská čest patřit mezi nejlepší umělce v zemi. Za touto rolí je mnoho práce a opravdu není snadné ji tančit. Je to velká výzva po technické stránce, je náročná fyzicky, ale i na herecké polohy. Prožívám hudbu tří různých umělců s velmi odlišnými záměry a významy. Na druhou stranu ten pocit z hraní Sólá pro tři je jedinečný. Není třeba nic předstírat, jen jsem křehký, upřímný a starostlivý, což jsou skutečné lidské vlastnosti, k nimž

se každý může vztahovat. Tato role je pravděpodobně nejdůležitější a nejpůsobivější v celé mé kariéře,“ vyjádřil své pocity Sergio Méndez Romero.

„Je pro nás velkou ctí, že se Moravské divadlo po šesti letech znovu dočkalo ceny Thálie. Pro všechny v Moravském divadle je ocenění velkou radostí a potvrzením, že tvrdá a poctivá práce se dlouhodobě vyplácí. Mé poděkování a gratulace letí nejen k Sergiovi, ale i ke všem kolegům a kolegyním, kteří se podíleli na přípravě inscenace a kteří zajišťují každodenní provoz divadla. Pro nás všechny je toto ocenění motivací k další práci,“ uvedl ředitel Moravského divadla David Gerneš. „Baletní soubor je zde již dlouhou dobu na velmi vysoké úrovni. Formuje se zde několik velmi zajímavých osobností a Sergio je jednou z nich. Je to vynikající tanečník, obrovský dřič a svou práci dělá opravdu celým svým srdcem. Jde příkladem celému souboru, a to je hodnota, které si já osobně velmi vážím,“ uvedl umělecký šéf baletu Jan Fousek.



• Otevřená radnice • Otevřená radnice • Otevřená radnice •

Kdy bude zpřístupněná vnitřní část věže kostela sv. Mořice?

Primátor Mirek Žbánek:

Zpřístupnění by mělo být jakýmsi završením celkové rekonstrukce kostela sv. Mořice, která si vyžádala 122 milionů korun, přičemž se nám ale podařilo získat 104 milionů korun z evropských dotací. Ve věži, kde je dnes zcela nové schodiště, se připravuje expozice

34 panelů, které by měly dokládat bohatou historii mořického kostela a věží. Doplní ji některé unikátní prvky jako například sousoší Krista a uvažuje se také o tom, že zde budou instalovány ty části mořických varhan, které nebylo možné rekonstruovat a budou se muset vyměnit. Tato velmi zajímavá expozice by se měla pro veřejnost otevřít zhruba kolem Vánoc letošního roku.



Dotazy určené olomouckému primátorovi do naší pravidelné rubriky Otevřená radnice můžete posílat mailem na adresu redakce@moravskysenior.cz nebo poštou na adresu Moravský senior, Táboritů 237/1, 779 00 Olomouc

Do olomoucké zoo přicestovali poprvé v její historii klokánci rudohnědí

Kolekce zvířat olomoucké zoo se rozšířila o nové obyvatele. Klokánky rudohnědé. Dva roční samci ze Zoo Jihlava přicestovali do zahrady 6. října a stali se tak úplně prvními klokánky svého druhu, které Zoo Olomouc chová.

Čekala je nejprve povinná izolace, po níž se tento týden už přesunuli do Pavilonu netopýrů, kde je už mohou vidět první návštěvníci. „Máme je v pavilonu dá se říci pár hodin a působí jako sešraná dvojka kamarádů. Když se jim člověk zadívá na končetiny, nabývá dojmu, že má co do činění s krtkem, ale tím podobnost končí. Dostali už i první krmení, a na příjem potravy je vidět, jak dobře se jim vede. Pavilon tak ožil dalšími zvířaty. Mláďata v brzké době neplánujeme, neboť populace klokánků je dostatečně vysoká. Z tohoto důvodu sestavovat chovný pár nezamýšlíme,“ upřesňuje ošetřovatelka Kateřina Šteckerová.

Spolu s dalšími druhy se považuje za sesterskou skupinu pravých klokánů, jejichž předci se pravděpodobně vyvinuli ze zvířat žijících na stromech, která připomínala tyto klokánky. Současně se jedná o největšího klokánka s hmotností v rozmezí 1,5–3,5

kilogramu. Klokánek má noční aktivitu, přes den odpočívá v kuželovitých hnízdech, vyrobených z trávy, větviček a kapradin. Materiál na stavbu sbírá předními končetinami a přenáší ocasem. Hnízda staví sám, obvykle v dutých kmenech stromů nebo pod keři, zřídka na volném prostranství.

V jednom okamžiku může mít postaveno až pět hnízd, které používá. Samci chodí navštěvovat hnízda samic každý den až do okamžiku, kdy je samice v říji.

V Zoo Olomouc přibývají nová zvířata pravidelně, naposledy před týdnem přicestovala mladá velbloudí samice.



Smlouva podepsána, město povede ANO s hnutím spOLEčně, ProOlomouc a Piráty

Následující čtyři roky povede město Olomouc hnutí ANO, koalice ProOlomouc a Piráti a hnutí spOLEčně. Lídři těchto politických subjektů podepsali v pondělí 17. října Koaliční smlouvu pro statutární město Olomouc na volební období 2022–2026. Primátorem Olomouce bude znovu Miroslav Žbánek.

Nová koalice bude mít v pětačtyřicetičlenném Zastupitelstvu města Olomouce sílu osmadvaceti hlasů. Olomouc hodlá směřovat mezi vyspělé moderní, rozvíjející se evropské metropole s vysokou kvalitou života. Koaliční smlouvu podepsali na radnici v Olomouci lídři v koalici zastoupených subjektů Miroslav Žbánek (ANO), Tomáš Pejpek (ProOlomouc a Piráti), Viktor Tichák (ProOlomouc a Piráti) a Otakar Štěpán Bačák (spOLEčně).

Cílem nové koalice je vytvořit otevřené,

stabilní a funkční prostředí pro co nejefektivnější správu města a jeho další rozvoj s vědomím celostátní ekonomické, společenské a energetické situace. „Koaliční smlouva reflektuje nejenom programové cíle, na kterých jsme se shodli, ale také ve své preambuli odkazuje na poměrně složitou dobu, ve které se nová koalice v Olomouci zformovala. A to zejména ve vztahu ke složité energetické situaci,“ uvedl lídr hnutí ANO a současný primátor Miroslav Žbánek. „Máme na co navazovat a věřím, že shodu, která panovala na rozvojových cílech města, se podaří v nejbližších letech i přes složitost doby přetavit do konkrétních projektů a opatření,“ dodal.

Prozatím obecně formulované programové cíle, které propojují priority všech koaličních stran a týkají se rozvoje města, chtějí koaliční subjekty zpracovat ve společném programovém

prohlášení. „Velká část našich programových cílů se už promítla do znění koaliční smlouvy, což je pro nás naplněním osmileté cesty za lepším přístupem města k vlastnímu rozvoji a ke kvalitě investic,“ uvedl Tomáš Pejpek z koalice ProOlomouc a Piráti, která má zastoupení ve vedení města vůbec poprvé. „Kromě rozvoje byly mezi našimi prioritami také vzdělávání a školství. Cílem bude propojovat jednotlivé segmenty kultury ve městě, od kultury v městských částech, po tu, která je v Olomouci reprezentovaná Moravským divadlem a Moravskou filharmonií,“ doplnil za koalici ProOlomouc a Piráti Viktor Tichák. Naopak už druhé volební období bude ve vedení města hnutí spOLEčně. „Za poslední čtyři roky působení na radnici jsme získali už mnoho zkušeností, na které chceme navázat. Priority spatřuji v udržení fiskální stability města



ve vazbě i na umořování dluhu, poté také sociální aspekt a také zachování rozsahu investic," objasnil lídr hnutí spOLEčně Otakar Štěpán Bačák.

Politické strany a hnutí se v koaliční smlouvě shodly, kromě prosazování jednotlivých programových priorit, na principech koaliční spolupráce, složení Rady města Olomouce a rozdělení kompetencí uvolněných členů rady města.

V jedenáctičlenné Radě města Olomouce bude zasedat šest zástupců hnutí ANO, tři radní z koalice ProOlomouc a Piráti a dva radní získalo hnutí spOLEčně. Sedm členů rady města je uvolněných, čtyři jsou neuvolnění.

PRIMÁTOR:

- **Mgr. Miroslav Žbánek, MPA (ANO)**

Kancelář primátora, interní audit a kontrola, ochrana obyvatel, právní oblast, zahraniční vztahy, zastupování

statutárního města Olomouce navenek, Městská policie Olomouc a Zoologická zahrada Olomouc.

NÁMĚSTCI PRIMÁTORA A JEJICH KOMPETENCE:

- **Ing. Otakar Štěpán Bačák (spOLEčně)**

Ekonomika, řízení a kontroling městských firem, městská zeleň a odpadové hospodářství a Sluňákov – centrum ekologických aktivit města Olomouce, o. p. s.

- **Ing. arch. Tomáš Pejpek (ProOlomouc a Piráti)**

Strategický rozvoj, útvar hlavního architekta, rozvoj a směřování IT, Smart-City.

- **Mgr. Miroslava Ferancová (ANO)**

Majetkoprávní záležitosti, doprava, sport, Hřbitovy města Olomouce.

- **Mgr. Viktor Tichák, Ph.D. (ProOlomouc a Piráti)**

Školství, kultura, cestovní ruch, komise městských částí a detašovaná pracoviště, Knihovna města Olomouc, Moravské divadlo Olomouc, Moravská filharmonie Olomouc a příspěvkové organizace v oblasti školství, u nichž plní SMOI funkci zřizovatele (mateřské a základní školy).

- **Mgr. Miloslav Tichý (ANO)**

Investice, dotační projekty.

- **Bc. Kateřina Dobrozemská (ProOlomouc a Piráti)**

Sociální politika, bytová politika.

NEUVOLNĚNÍ ČLENOVÉ RMO:

- **Eva Kolářová, DipMgmt (ANO)**
- **Jaromír Lošťák (ANO)**
- **Václav Kryl (ANO)**
- **Ing. Lukáš Krbeček (spOLEčně)**

Programové prohlášení Rady města Olomouce koaliční subjekty zveřejní do 31. ledna 2023.

Tramvaje na Schweitzerovu ulici vyjedou v první listopadový den

Výstavba tramvajové trati na Nové Sady je ve finální fázi, která bude ukončena závěrečnou kolaudací a zprovozněním vybudované tramvajové trati. Stavba dokončuje asfaltové povrchy křižovatky ulic Zikova x Trnkova x Rožňavská, chodníky a cyklostezky a samotná tramvajová trať v úseku od zastávky „Rožňavská“ po křižovatku s ulicí Schweitzerova. Dokončuje se trolejové vedení, veřejné osvětlení, zastávky a městský mobiliář.

Od 10. října začalo napojování staré a nové trati a s tím i výluka. Obyvatelé ulic Trnkova a Rožňavská zatím najíždí na nově vybudovanou komunikaci na Zikovu ulici. Průjezd ulicí Weričovou je průjezd stavbou, což s sebou nese zvýšené nároky na bezpečnost dopravního provozu. Výluka skončí v pondělí 31. října a 1. listopadu bude spuštěn provoz ve všech dosud uzavřených úsecích.

Na nové trati se mezitím ve dnech 28., 29. a 30. října odehraje pod

dohledem drážního úřadu zkušební provoz tramvají. Stavbou bude projíždět tramvaj s označením „MANIPULAČNÍ JÍZDA“, jejímž cílem je

seznámit řidiče s novým úsekem tratě. Linka ještě nebude fungovat v režimu přepravy, ta začne fungovat až v úterý 1. listopadu.



Tipy na kulturu a výlety

● Vrchol Šerák

Vrchol Šerák je oblíbeným turistickým cílem, kam se dostanete i lanovkou z Ramzovského sedla. Nahoře se můžete občerstvit ve známé chatě Jiřího. Mimo její otevírací dobu je vám k dispozici automat s nápoji, sladkostmi a suvenýry. Vrchol je zároveň vstupním bodem na hřebenovku Hrubými Jeseníky, která vás provede přes řadu jesenických vrcholů včetně Pradědu.



Tipy na kulturu

● Flerjarmark

V pátek 4. a v sobotu 5. listopadu poprvé zaplní Šantovku výrobky tvůrců Flerjarmarku z vašeho okolí. Těšit se můžete na oblečení, šperky, bytové doplňky, keramiku, kabelky, háčkované i pletené doplňky, dřevěné výrobky, přírodní kosmetiku, sirupy, marmelády a spoustu dalšího. Navíc jarmark doplní dílničky a workshopy pro děti i dospělé, kde si můžete vyzkoušet různé techniky tvoření a vyrobit si krásné dárky například na Vánoce. Flerjarmark bude probíhat v přízemí v prostoru před prodejnou H&M.

● BanjoBand Ivana Mládky

Inženýr Ivan Mládek je český banjista, zpěvák, bavič, textař, skladatel, muzikant, komik, kreslíř a humorista. Od roku 1966 veřejně vystupuje s různými soubory z oblasti jazzu a country music (skupiny Storyville Jazz, K.T.O., White Stars a Mustangové), od počátku 70. let 20. století pak pouze s vlastní kapelou BanjoBand, kde hraje na tenorové banjo a zpívá. Je autorem více než 400 písní, píše humeristické povídky, recesistické pohádky a scénáře, kreslí humorné obrázky a vtipy. Televizním divákům je znám jako moderátor a spoluautor zábavných pořadů Čundrcountryshow a Country estráda. Těšit se můžete ve čtvrtek 10. listopadu v Divadle na Šantovce na hudebně zábavný pořad s legendárními hity – tramské, vodácké, kavárenské, politické a jiné povalečské písně, scénky a jiné. Aktuální složení skupiny je Ivan Mládek, Zdeněk Kalhous, Jan Mrázek, Vítězslav Marek, Lenka Plačková, Libuše Roubychová, „Kalamity Jane“ Lenka Šindelářová. Vstupné za 600 až 650 korun si můžete koupit na pokladně divadla nebo na webu divadlonasantovce.cz.



● Šantovské trhy

Zelenina, ovoce, sýry nebo uzeniny od místních farmářů, ale také další zajímavý sortiment vyráběný lokálními řemeslníky. To vše si můžete v sobotu nakoupit na tradičních Šantovských trzích, které se konají před Šantovkou v prostoru pod lávkou, tentokrát 12. listopadu.

● Rozcinkané Klíče

Rozcinkané Klíče je festival na Kateřinské 10 v Olomouci konaný ku vzpomínce na čas, kdy se do České republiky

vrátila svoboda. Uvidíte například Balet Československého Rozhlasu nebo Evu Turnovou a Eternity. Vstupné je 99 korun.

● Pianothéka v Šantovce

Přijďte na tradiční vystoupení pana Richarda Pogody (klavír) a Miroslava Švihálky (saxofon) během dvou neděl v měsíci. Začátek Pianothéky je v 15 hodin a trvá 120 minut, během kterých můžete slyšet tři písničkové sady. Písničky 60. let a dokonce i ty od Voskovce a Wericha si zanotují rádi všichni. I ti, co to nejsou ochotni jindy přiznat. Termíny jsou 13. a 27. listopadu.

● Tenkrát v osm po 25 letech

Úvodní část večera 12. listopadu od 19.30 hodin bude věnována symbolickému rozloučení a vzdání pocty Jaroslavu Wykrentovi. Pokračuje taneční zábava pod taktovkou Boba Přídala, která vyvrcholí o půlnoci videodiskotékou pod názvem Dvacet pět let za třicet minut. Premiérově zahraje nová kapela Synkopa, která pokračuje v hudební tradici této přerovské legendy. Vstupenky můžete koupit na webu mdprerov.cz.

● Čtvero ročních období

Na houslistu Dalibora Karvaye s komorním ansámblem Moravské filharmonie Olomouc se můžete těšit v rámci koncertní řady K – Komorní koncerty. Koncert se koná na Sušilově náměstí v Klášterním hradisku. Na programu je Antonio Vivaldi – Čtvero ročních dob op. 8 nebo Astor Piazzolla – Čtvero ročních dob v Buenos Aires. Účinkují: Dalibor Karvay – housle a umělecký vedoucí, komorní ansámbl MFO. Vstupné je 200 korun.



● Dizajntrh

Přijďte si užít atmosféru Dizajntrhu, který se bude konat od 18. do 20. listopadu v Uměleckém centru UP v olomoucké Univerzitní ulici od 10 do 18 hodin. Z programu se můžete těšit například na prodejní přehlídku autorské módy, šperků, hraček a dalších produktů nebo jedinečné gastro zážitky a předvánoční pohodu. To vše v krásných prostorách Konviktu, kam tradičně na tuto akci zavítá kolem tří tisíc návštěvníků.

● Plavci & Jan Vančura

Koncert skupiny Plavci osloví svým hudebním repertoárem široké spektrum diváků, kteří si budou broukat legendární písničky, jako je Pole s bavlnou, Promovaní inženýři

nebo Láska je věc kouzelná. Jan Vančura s kytarou (i bez ní) oslňuje diváky a posluchače svým výjimečným hlasem. Mário Bihári, zpěvák, akordeonista a pianista ztělesňuje spojení romského hudebního citění s klasickou a folkovou hudbou. David Fiedler okouzlí svým zpěvem a představí se coby virtuózní hráč na kytaru. Na to vše se můžete těšit už v úterý 15. listopadu od 19.30 v Městském domě Přerov. Vstupenky jsou k dispozici na webu mdprerov.cz za 230 až 330 korun.

● Starožitné hodiny

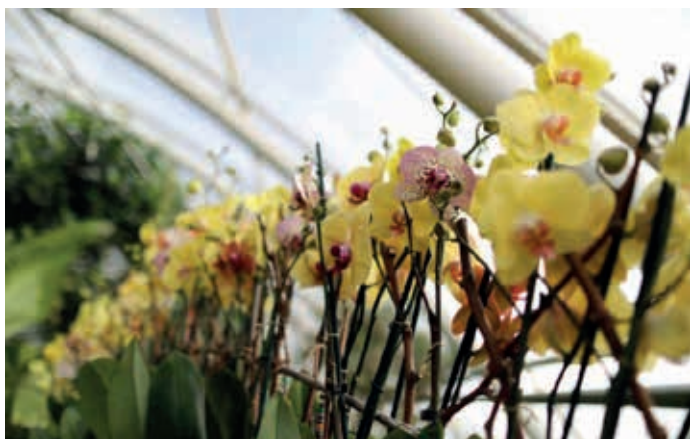
Výstavu ze sbírek Muzea Komenského v Přerově můžete navštívit v Galerii Konírna v Lipníku nad Bečvou. Výstava je navíc doplněná o putovní výstavu Znovuzrození pražského orloje. Otevírací doba od středy do pátky od 13 do 16 hodin, o víkendu od 11 do 16 hodin.

● 110 let KČT v Přerově

Výstavu ke 110. výročí Klubu českých turistů v Přerově s podtitulem 110 let poznávání Olomouckého kraje hostí Galerie města Přerova. Návštěvníci si mohou prohlédnout nejen fotografie z turistické činnosti ze zajímavých míst Olomouckého kraje, ale také třeba diplomy, kapesní kalendáře, oblastní turistické odznaky, medaile členů a další předměty.

● Klenoty pralesa

Zajímají vás orchideje? Přijďte navštívit výstavu orchidejí a tropických rostlin do olomouckých sbírkových skleníků výstaviště Flora, trvá až do 6. listopadu. Otevřeno je denně od 9 do 18 hodin a vstupné si koupíte za 100 korun, snižené za 50 korun.



● Ohnivá klasika

Říká se, že nejkrásnější kvítí roste na okraji lesa, tam, kde se setkávají dvě různorodá prostředí, která se ovšem vzájemně ovlivňují. Přijďte si poslechnout, jaká hudba vykvete ze setkání orchestru Moravské filharmonie Olomouc s romským temperamentem nebo maďarskými melodiemi v pátek 11. listopadu od 19 hodin v olomoucké Redutě. Tento koncert spadá do koncertní řady C – Crossover multižánrové koncerty. Účinkují: Cigánski diabli, Ernest Šarközi – cimbál, umělecký vedoucí, aranžmá skladeb, Silvia Šarközi – violoncello, zpěv, Štefan Banyák – housle, Jozef Farkaš – viola,

Robert Fehér – kontrabas, Zoltán Grunza – klarinet, Adrian Kokoš – dirigent. Vstupné za 95–520 korun můžete koupit na webu Moravské filharmonie Olomouc.

● Soutěž o audioknihu

Zapojte se do soutěže o audioknihu Vlastimila Vondrušky, která bude trvat až do konce listopadu. Soutěžní listky jsou k dispozici v dospělém oddělení v úseku detektivek Knihovny města Olomouce nebo můžete vyplnit soutěžní formulář na webu knihovny. Vyplněné listky můžete odevzdat osobně nebo zaslat na e-mail souteze@kmol.cz. Slosování proběhne 1. prosince 2022.

Tipy na výlety

● Po stopách Jana Köhlera

Akademický malíř Jano Köhler byl významným umělcem v oblasti moravského lidového umění, v technice ornamentu a v oboru fresky a sgrafita. Byl označován jako „malíř chrámů“, ale podílel se také na výzdobě profánních budov. Po jeho stopách se vydejte v Prostějově touto trasou: Zámek, Pernštýnské náměstí 8, Součkův dům, 1902, Hanačka 2, Dům U Tří zajíců, Pernštýnské náměstí 5, Dům U Zlaté studny, náměstí T. G. Masaryka 21, Dům U Měsíčka, náměstí T. G. Masaryka 5, Vrlův nájemní dům, náměstí E. Husserla 8, Kostel Povýšení sv. Kříže, Filipcovo náměstí 4, Kostel sv. Cyrila a Metoděje, Brněnská ulice 81, Městský hřbitov v Prostějově, Brněnská ulice, náhrobek na hrobce rodiny Součkových, náhrobek na hrobě P. Karla Dostála-Lutinova.

● Zámek Hustopeče nad Bečvou

Návštěvníci zámku Hustopeče nad Bečvou mají možnost navštívit nádvoří, lapidárium, řeznické muzeum a filmové muzeum. Lapidárium je ojedinělá expozice dochovaných kamenných prvků renesančních arkád zámku umístěná v pěti sklepních traktech. Návštěvou řeznického muzea si zase připomenete tradici a vývoj řemesla místní rodinné firmy Váhala a spol. založené v roce 1933. V muzeu jsou vystaveny předměty a stroje, které firma používala až do znárodnění v roce 1950, a další mobiliář. Ve filmovém muzeu se přenesete do doby, kdy se amatérské filmy točily takzvaně na osmičku nebo šestnáctku, stříhaly se nůžkami, lepily lepidlem a promítaly cvakajícími promítačkami na stříbrné plátno. Prohlédnout si můžete také unikátní digitální filmový archiv Hranicka a Lipenska se snímky natočenými od roku 1947. A nenechte si ujít ani výstavu dobové filmové techniky. Pro rok 2022 jsou nekomentované prohlídky možné po domluvě na Úřadu městyse Hustopeče nad Bečvou, telefonní číslo 581 626 111 nebo e-mail posta@ihustopece.cz. Vstupné je 50 korun.

● Lom Želeč

Zatopený kamenolom Želeč se nachází mezi obcemi Želeč a Drysice, severně od města Ivanovice na Hané.

Kamenolom je v nájmu potápěčů, je však volně přístupný a v sezoně je tu možnost přírodního koupání. Z velké části je vodní plocha obklopena skalními stěnami, které se objevily v záběrech několika českých filmů a pohádek.

● Hodinová věž v Potštátě

V Potštátě uprostřed Bočkova náměstí, které je od roku 2003 součástí městské památkové zóny, stojí hodinová věž z 16. století. Dříve, ještě ve 14. století, zde stával vrchnostenský pivovar, který po požáru v roce 1388 daroval Boček z Kunštátu městu. Město pivovar přestavělo a ke konci 16. století nechalo přistavět hodinovou věž, kterou kolem roku 1660 přestavěli barokně. Po roce 1830 byl městský pivovar zbořen až na hodinovou věž, která byla upravena a stojí zde dodnes. V Potštátě můžete také navštívit expozici, která sídlí v místním renesančním zámku (č. p. 1) ze 17. století. Prezentuje bohatou a zajímavou historii Potštátska nejen jako města, ale celého okolí včetně vojenského výcvikového prostoru Libavá. Expozice je postavena na výstavě dobových fotografií a předmětů, vztahujících se k jednotlivým etapám. Zajímavým prvkem může být krátká reportáž o historii za použití dobových fotografií, vyprávění a dochovaných textů Dr. Kršky.

● Z Přerova do Tovačova

Pokud jste ještě nezazímovali kolo, vyzkoušejte trasu, která vás zavede do míst u soutoku největších moravských řek Moravy a Bečvy. Z Přerova vyrazíte od mostu Míru přes řeku Bečvu po značené cyklotrase č. 5042. V obci Rokytice překonáte nejvyšší bod této trasy. Stejnou trasou pokračujete na Císařov a Citov, kde odbočíte doleva směrem na Troubky. Tato silnice vás zavede k řece Bečvě, kde se napojíte na silnici 2. třídy č. 434 a pokračujete na Tovačov. U cesty je pomník na místě zajetí sv. Jana Sarkandra. V Tovačově odbočíte doleva kolem rybníka Skašovský a pokračujete cyklotrasou č. 47 (Moravská stezka) přes Lobodice. Cyklotrasa vede lužním lesem kolem rezervace Zástudánčí. V obci Záříčí po silnici mezi poli pokračujete k osadě Plučisko, za kterou po necelém kilometru odbočíte do Vlkoše. Objedete tak vojenské letiště s vrtulníkovou základnou. Po silnici 2. třídy č. 436 se přes Bochoř vrátíte do Přerova.

● Arboretum Vrahovice

Arboretum Vrahovice je malý okrasný park, který se nachází ve Vrahovicích, východní části města Prostějov, v těsné blízkosti říčky Romže. Tento okrasný park byl vybudován v letech 2010–2015 členy Spolku za staré Vrahovice podle projektu Tomáše Pěky. Na části pozemků se do té doby nacházela drobná políčka, jiné části byly neudržované a rostly na nich náletové a rumištní rostliny. Na některých místech byly hromady odpadu. Tyto pozemky se podařilo kultivovat a je na nich pravidelně sečena tráva. V roce 2015 byla vybudována suchá zeď a dokončeny práce na posezení. Funkce Arboreta je vzdělávací, estetická a rekreační. Rostou v něm převážně cizokrajné stromy a keře pocházející z Evropy, Asie a severní Ameriky. Arboretum Vrahovice je celoročně volně přístupné veřejnosti.

● Lázně Jeseník

Lázně Jeseník jsou známé pro své Priessnitzovy léčebné lázně s nádherným výhledem na Jeseníky. Celkem tu vyvěrá na 80 pramenů. Za návštěvu stojí taky zdejší Balneopark Vincenze Priessnitzte. Je to ojedinělé dílo, speciální vodní zahrada, kde se můžete brodit potůčky, vyzkoušet Priessnitzovy lavičky nebo stříky či přírodní sprchy se studenou pramenitou vodou. Po celém městě jsou rozestě různé atrakce, jako například skalní útvar Sluneční brána nebo domeček hejkala Zurčaly. A děti budou určitě nadšené ze zdejšího hřiště. Najdete tu i nádherné ubytování, odkud to je jen kousek do Jeseníků i ke Zlatým horám.



**filmový
klub
seniorů**

**PROGRAM 2022
LISTOPAD**

14.00 hod. / 80,-

ČT	3. 11. JAN ŽIŽKA	Č
PO	7. 11. JAN ŽIŽKA	Č
ČT	10. 11. VSTUPENKA DO RÁJE	T
PO	14. 11. SLOVO	Č
ČT	24. 11. KDE ZPÍVAJÍ RACI	T

Č – ČESKY

D – DABING

**ZMĚNA PROGRAMU
VYHRAZENA**

T – TITULKY

O – ORIGINÁLNÍ ZNĚNÍ

KINO METROPOL

Sloupek Krajské rady seniorů

Milí senioři, vážení čtenáři, čas letí jako bláznivý, od minulého sloupku se toho hodně událo. Příroda se nám oblékla do zlatavých odstínů provoněných vůní zrajícího ovoce a padajícího listí. Máme za sebou pro někoho úspěšné, pro jiné neúspěšné volby do zastupitelstev obcí. Oslavili jsme Mezinárodní den seniorů. Potýkáme se s narůstající drahotou, předraženou energií, plynem a spoustou jiných problémů, které musíme řešit. Naše bezplatná právní poradna pro seniory v Jeremenkově ulici jede na plné obrátky. Kdo má nárok na příspěvek na bydlení, jak o něj požádat? To je jen pár otázek, na které můžete dostat odpověď v naší poradně. Pomocí orientační kalkulačky zjistíme, zda máte na příspěvek na bydlení nárok, kalkulačka ukáže i orientační výši případného příspěvku a v případě úspěšnosti můžete žádat dokonce až 3 měsíce zpětně. Pokud máte na příspěvek nárok, jedná se o příspěvek pravidelný, který vám pak chodí na účet. Řada domácností bude nejspíš překvapená, že na tuto pomoc dosáhne, ovšem je potřeba být aktivní. Telefony našich poradkyň jsou 602 647 230 nebo 602 618 073.

INFEKČNÍ CHOROBY S COVIDEM NEZMIZELY

S podzimem přichází nejen citelné ochlazení, ale také nastává doba zvýšeného počtu respiračních onemocnění – a nejde jen o Covid-19.

Rada seniorů ČR uspořádala tradiční osvětovou tiskovou konferenci tematicky zaměřenou na prevenci pneumokokové infekce, chřipky a klíšťové encefalitidy za účasti významných odborníků z Kliniky infekčních nemocí v Praze Na Bulovce a Centra epidemiologie a mikrobiologie. Odborníci ve svých přednáškách shrnuli nebezpečí a závažnost těchto onemocnění a shodli se, že účinnou prevencí je očkování. Cílem Rady seniorů ČR je podpořit angažovanost praktických lékařů, aby aktivněji nabízeli možnosti prevence těchto závažných onemocnění.



PŘÁTELSTVÍ, KTERÉ NEZNÁ HRANICE

Bezmála 100 seniorů z Opolského vojvodství navštívilo díky spolupráci s Krajskou radou seniorů Olomouckého kraje naši metropoli. Programem byla dopolední návštěva podzimní Flory, komentovaná prohlídka památek v centru Olomouce, společný oběd na zámku ve Velké Bystřici a odpoledne návštěva poutního místa Svatý Kopeček. Počasí bylo jako vymalované, výlety se opravdu vydařily. Partnerství Krajské rady seniorů Olomouckého kraje s Bursztynowym sercem (Jantarové srdce) z Opolského vojvodství nabídlo nová přátelství, poznávání vzájemných kultur a tradic, získávání nových poznatků. Společná setkávání a společné aktivity znamenají utužování přátelství a sociálních kontaktů. Výlety byly podpořené euroregionem Praděd.

REKONDIČNÍ POBYTY V HOTELU MAS*** 2023

Milí senioři, děkujeme za všechny vaše pozitivní reakce a pochvaly na letošních wellness pobytů v Sezimově Ústí a na základě vašich přání a požadavků nabízíme jarní rekondiční pobyt v Sezimově Ústí 2023 ve spolupráci s Krajskou radou seniorů. Termíny

s odjezdem z Olomouce jsou 23.–28. 2. 2023 (6990 Kč), 28. 2.–5. 3. 2023 (7290 Kč) a 10.–15. 3. 2023 (7 490 Kč). Co vás čeká? Krásný hotel, skvělá strava – plná penze, rekondiční wellness program (4 terapie zdarma) neomezeně bazén, výlety do Tábora v ceně, fantastický delegát pan Michal Navrátil, který se po celou dobu o vás stará a připravuje animační program a výlety. Více informací najdete na webu Krajské rady seniorů www.krsol.cz, zájemci, volejte si o rezervaci na tel. 732 208 050 nebo 725 074 921 nebo pište e-mailem na adresu kohlerovajarka@seznam.cz.

KRAJSKÁ TÁBOROVÁ ŠKOLA ČEKYNĚ 2023

A je to tady, přátelé táborové romantiky a dobrodružství. Po letošním velmi úspěšném ročníku, který jsme uspořádali nově v Čekyni u Přerova, jsme se rozhodli, že sedmý ročník tábora pro seniory proběhne v roce 2023 ve stejném tábořišti. Pro velký zájem jsme pro vás připravili I. turnus 4.–9. 6. 2023 a II. turnus 11.–16. 6. 2023 s odjezdem z Olomouce a zpět. Ubytování je v chatkách (5 000 Kč) a v bungalovech (5 300 Kč) po dvou, strava – plná penze + svačinky + pitný režim. Na co se můžete těšit? Čeká vás opět fantastický týden na čerstvém vzduchu, nová přátelství a spousta zážitků. Areál je obklopen krásnou přírodou, každý večer budete usínat za doprovodu žabího koncertu z nedalekého rybníka. Těšit se můžete na nabitý program od rána do pozdního večera, budeme sportovat, soutěžit, kreativně tvořit, bavit se, čeká vás již tradiční setkání s policií, hasiči, záchranáři a spoustou jiných zajímavých hostů, nebude chybět karnevalový rej v maskách, táborák, celotáborová hra, celodenní výlet autobusem, každý večer živá kapela a nějaké to překvapení navíc. Více informací na www.krsol.cz. Zájemci, závazně se můžete hlásit na tel.: 725 432 896 nebo e-mailem na info@krsol.cz. Nabídka platí do naplnění kapacity, rezervace jsou platné pouze po uhrazení pobytu.

**Vítězky
Bábovkobraní
ve Skrbeni.**



**Takto
napekly
babičky ve
Skrbeni.**



BÁBOVKOBRANÍ VE SKRBEŇI

Skrbeňský klub seniorů uspořádal první ročník soutěže o nejlepší bábovku. Přihlásilo se 23 pekařek a porota měla vybrat tři nejlepší. Bábovky vypadaly báječně a také skvěle chutnaly. Sedmičlenná porota hodnotila celkový vzhled bábovky, strukturu po rozkrojení, vůni a chuť. Prvenství získala nakonec netradiční bábovka rakytníková, kterou upekla členka místního seniorského spolku paní Ludmila Štěřbová, druhé místo obsadila bábovka ořechová s vaječným koňakem paní Zdeňky Zbořilové z Příkaz a na třetím místě skončila margotková bábovka předsedkyně skrbeňského seniorspolku paní Marty Studené. Krajská rada seniorů Olomouckého kraje udělila I. ročníku soutěže „Není bábovka jako bábovka“ záštitu a vítězným cukrářkám věnovala krásné ceny. Porota poděkovala všem soutěžícím a ocenila jejich snahu drobnými dárky. Poděkování patří hlavně organizátorům, členům KRS Olomouckého kraje – senioreklubu ze Skrbeně pod vedením paní Marty Studené.

Vítězný recept I. ročníku Rakytníková bábovka

3 vejce vyšleháme se 150g krystalového cukru, přidáme citrónovou kůru, do vyšlehané směsi zamícháme 200g polohrubé mouky, 1/2 prášku

do pečiva, 1 šlehačku, nasekané ořechy a den předem obalený rakytník v cukru. Pečeme s láskou a hotovou bábovku přelijeme citronovou polevou. Dobrou chuť.

GRATULACE OSLAVENCŮM

V měsíci říjnu oslavili narozeniny členky předsednictva KRS Jana Štěpitová (půlkulatiny), Jana Absoňonová a paní Zdena Marcinková. Krajská rada seniorů přeje všechno nejlepší, pevné zdraví, štěstí, životní

optimismus a osobní pohodu. Zároveň vyslovujeme velké poděkování za váš čas, aktivitu i práci, kterou věnujete seniorům v našem kraji.

Milí senioři, vážení čtenáři, děkuji, že jste věnovali svůj čas řádkům KRS, přeji vám krásné podzimní dny, hlavně pevné zdraví a nalaďte se do pohody. „Tím co děláme dnes, tvoříme svůj zítřek.“

Milena Hesová
Předsedkyně KRS
Olomouckého kraje
Místopředsedkyně Rady seniorů ČR



Kvíz Moravského seniora



Umění

1 Jak se jmenuje obraz, na kterém je vyobrazen Ježíš u dlouhého stolu se všemi svými učedníky?

- ☐ a) Křest Ježíše
☐ b) Poslední večeře
☐ c) Ježíš Kristus zrazen

2 Který z těchto slavných skladatelů byl hluchý?

- ☐ a) Beethoven
☐ b) Mozart
☐ c) Bach

3 Který z těchto nástrojů hraje po boku dvojích houslí a violoncella v tradičním smyčcovém kvartetu?

- ☐ a) harfa
☐ b) viola
☐ c) kontrabas

4 Graffiti pochází z italského slova „graffiato“, což znamená?

- ☐ a) malba na zdi
☐ b) škrábané
☐ c) vandalismus

5 Který britský umělec namaloval v roce 1949 *The Football Match*?

- ☐ a) Henry Moore
☐ b) LS Lowry
☐ c) Barbara Hepworthová

6 Ve kterém městě najdete Michelangelova „Davida“?

- ☐ a) Florencie
☐ b) Paříž
☐ c) Madrid

7 Kdo byl hlavním architektem Eiffelovy věže?

- ☐ a) Frank Lloyd Wright
☐ b) Victor Hora
☐ c) Stephen Sauvestre

8 Který slavný balet zahrnuje postavy prince Siegfrieda a Odettu a Odile?

- ☐ a) Labutí jezero
☐ b) Louskáček
☐ c) Don Quijote

Odpovězte na kvízové otázky a soutěžte o věcné ceny.

Řešení pošlete do 10. 11. 2022 na adresu Moravský senior, z. s., Táboritů 237/1, Olomouc, 779 00 nebo e-mailem na adresu office@moravskysenior.cz.

Nezapomeňte uvést celou svoji adresu a telefonní číslo, abychom vás o výhře mohli informovat.

Řešení můžete posílat i jako SMS na tel.: 725 190 555.

Řešení kvízu z říjnového vydání:

1C, 2C, 3A, 4C, 5B, 6B, 7B, 8C

Výherci: Jakub Zemánek, Bedihošť; Danuše Pečová, Olomouc; Jaroslava Benešová, Prostějov

Co vám v životě udělalo největší radost? Na co se v nejbližší době nejvíc těšíte?



Jarmila Laidorfová • 72 let
Chropyně

Když se mi narodil „skoro“ vnouček, syn od mého synovce. O synovce jsem se starala od jeho útlého věku, takže i když jsem jen teta, tak pro jeho syna jsem prostě babička Jarmila.

Já se těším na každý den, stačí když se ráno probudím zdravá a usměvavá.



Emilie Kadlecová • 93 let
Lobodice

Narození dětí, napřed se mi narodil syn a potom dcera. Vždy jsem si to takto přála.

Já se těším vždy na návštěvu svých pravnoučků. Mám jich celkem devět, tedy přesně osm kluků a jednu princeznu. Jejich návštěva mi vždycky udělá velkou radost.



Ludmila Němcová • 87 let
Přerov

Největší radost jsem měla, když jsem si vzala svého manžela, žili jsme spolu 65 let. Poté, když se narodila dcera a vnučka, z které mám velkou radost. Jsem pyšná babička i prababička, mám dvě pravnoučata.

Já bych neměnila nic. Měli jsme se v životě dobře. Byli jsme v Americe, kde jsem opatrovala tetinku a poté jsem si ji vzala i sem, kde jsem se o ni starala. Manželovi jsem byla do poslední chvíle nablízku.



Zdeňka Koláčková • 80 let
Lipník nad Bečvou

Největší radost jsem měla, když se mi narodila dceruška.

Měla jsem v životě štěstí, proto bych nic neměnila. Já říkám: „Co se má stát, se stane.“ Je to osud.



Vaříme s alkoholem

KRKOVÍČKA V PIVNÍ MARINÁDĚ

6 plátků krkovice
1 kg brambor
2 cibule
4 stroužky česneku
100 g slaniny
60 ml piva
1 lžice oleje
1 lžice medu
1 bílý jogurt
Sůl, pepř, lžice koření na gyros
Zelená petrželka

Plátky krkovice osolte, opepřete a naložte do marinády smíchané z medu, oleje, piva a koření na gyros. Oloupané brambory nakrájejte na silnější kolečka a naskládejte do vymazaného pekáče. Osolte je, zaskládejte na kolečka nakrájenou cibulí a posypte na kostičky nakrájenou slaninou. Nahoru rozprostřete plátky masa a zakryté pečte na 200 °C asi hodinu. Jogurt smíchejte s utřeným česnekem a nasekanou petrželkou a po hodině pečení rozetřete na maso. Zapečte odkryté ještě asi 15 minut.

SRNČÍ NA BOROVIČCE

750 g srnčí kýty
1 cibule
150 g sterilovaných kapií
40 g feferonek
3 lžice borovičky
3 lžice oleje
1 lžice hořčice
1 lžice rajského protlaku
Sůl, pepř, sladká paprika

Maso nakrájejte na nudličky, osolte, opepřete, lehce zaprašte paprikou a smíchejte s nadrobno nakrájenou cibulí. Směs zakápněte olejem a nechte v chladnu odležet alespoň hodinu. Směs zprudka orestujte na rozehřátém oleji a přidejte na nudličky nakrájené kapie, nadrobno nasekané feferonky, hořčici a protlak. Když začne maso měknout, přidejte borovičku a na mírném plameni nechte směs ještě chvíli prohřát. Podávejte s rýží nebo pečeným bramborem.

HUSA NA VÍNĚ

4 husí stehna
300 ml červeného vína
Lžice medu
1 cibule
Čerstvá pomerančová a citronová kůra
Sůl
Pepř
Nové koření

Omytá stehna dobře osolte, opepřete a potřete troškou medu. Do vymazaného pekáčku naskládejte kolečka cibule, nahrubo nakrájenou kůru z půlky citronu a z půlky pomeranče a tři kuličky nového koření. Vložte stehna, podlijte částí vína a pečte při 170 °C asi tři hodiny. Stehna občas přelejte výpekem a podle potřeby přidejte víno nebo trošku vody. Na závěr zapečte odkryté dozlatova. Podávejte s knedlíkem.

Rýmovník – bylinka do interiéru

Jeho blahodárné účinky znají především astmatici a alergici, kteří ho mají v oblibě především v období sezónních onemocnění. Česky rýmovník, slovensky nádchovník dokáže totiž ulevit od rýmy. Vyzkoušejte ho sami. Rýmovník je pokojová rostlina, jejíž vůni bychom s trochou představivosti mohli přirovnat k mátě, meduňce nebo eukalyptu. Nebo chcete-li, ke všem třem najednou. Stačí se dotknout či promnout mezi prsty a ucítíte její aroma. Silice, které obsahuje, osvěžují vzduch a v místnosti se pak také lépe spí. Na terase vám zase rýmovník pomůže odhánět komáry i jiný hmyz. Ačkoli má podle některých studií rýmovník na 350 různých odrůd, zdravotní účinky jsou u všech stejné.

PĚSTOVÁNÍ

Pokud má někdo z vašich známých rýmovník doma, poproste ho o malý výhonek. Ten stačí nechat zakořenit ve vodě a později zasadit do květináče s propustnou hlínou. Vzrostlou rostlinku si ale můžete koupit i v květinářství. Roste celkem rychle a dokáže vyrůst i poměrně vysoko. Pokud chcete mít krásně bohatý keřík, stačí postupně sestrhávat horní část. Zalévat stačí rýmovník jednou za týden nebo dva. Vždy se ale nejprve ujistěte, zda je vrchní část zeminy suchá, až tehdy zalévejte. I když jde o pokojovou rostlinu, od jara do pozdního podzimu ji můžete pěstovat také venku.

SIRUP, ČAJ I SPREJ DO NOSU

Rýmovník je jako pomocník všestranný, pomůže s drobnými poraněními i při ekzému. Výluhem z několika lístků zalitými převařenou vodou můžeme omývat rány i právě ekzematickou pokožku. Stejný výluh se dá potom použít třeba do aromalampy. Pokud si jeho lístky natrháte na čaj, chuťově nejde o nic převratného, ochucený kapkou medu se ale bude podobat tomu mátovému nebo meduňkovému. Listy používejte čerstvé, jejich struktura je dužinatá a vodnatá s jemnými

chloupky, tudíž se vám nepodaří je usušit.

Pokud vás překvapí rýma, příprava sirupu z rýmovníku je podobná jako například u smrkových výhonků. Použijte listy, cukr a plátky citronu. Listy můžete rozemnout například v hmoždíři, ingredience se poté vrství do zavařovací sklenice, která se uzavřená nechá stát na slunci po dva týdny. Následně slejete přes sítko a je hotovo. Vařená verze sirupu se dělá z 30 lístků, ke kterým přidáte oloupaný a pokrájený pomeranč a citron, dále litr horké vody a necháte odstát do dalšího dne. Po přecedění přidejte zhruba kilogram cukru a vařte do požadované hustoty hodinu nebo dvě.

Máte-li v oblibě sprej do nosu, poslouží vám rýmovník i v takovém případě. Deset jeho lístků rozdrtíte v hmoždíři

se lžičkou mořské soli a zalijete půl litrem horké vody. To se poté deset minut luhuje a přecedí, tentokrát přes husté plátno. Pro lepší průchodnost dýchacích cest je vhodné připravit si tinkturu, a to tak, že listy rýmovníku vtlačíte do skleněné lahve, zalejete bílým alkoholem a necháte několik týdnů vyluhovat. Nezapomeňte přecedit. Tinkturou si poté můžete potírat oblast nosu.

PŘÍRODNÍ REPELENT

Jestliže toužíte po přírodním a neдрáždivém repelentu, na ten rýmovníkový si připravte lžici octa, půl litru vody a hrnek rýmovníkových lístků. V hrnci stačí uvařit vodu, po dvou minutách přisypat lístky, louhovat půl dne, scedit a přidat ocet. Repelent poté nechejte v lednici.



Vlastivědné muzeum v Olomouci hledá novou vizuální identitu

Otevřenou soutěž na novou vizuální identitu vypsal v těchto dnech Vlastivědné muzeum v Olomouci. Cílem je moderní grafická podoba komunikace všech muzejních objektů směrem k veřejnosti. Designéři mohou své návrhy zasílat do konce listopadu letošního roku.

„Vlastivědné muzeum Olomouc sídlí v historickém objektu někdejšího kláštera nedaleko centra Olomouce, kromě toho spravuje také klasicistní zámek v Čechách pod Kosířem a Národní přírodní památku Arboretum v Bílé Lhotě, což ho v mnoha ohledech činí výjimečným. A právě to bychom chtěli, aby reflektovala i nová grafická podoba našeho muzea. Záměrem je, aby nás veřejnost jednoznačně identifikovala,“ uvedl Jakub Ráliš, ředitel Vlastivědného muzea v Olomouci.

V zadání soutěže je vypracování návrhu celkové koncepce jednotné vizuální identity, včetně nového logotypu a grafického manuálu. „U všech výstupů by se měla graficky a logicky sjednotit identifikace instituce, zároveň by však měla zůstat pobočkám jejich identita v rámci celku,“ poznamenal ředitel.

Nejzazší termín pro podání návrhů je 25. listopad letošního roku, odborná

komise složená ze zástupců zadavatele, zřizovatele muzea, kterým je Olomoucký kraj, a odborníků z oblasti grafického designu by měla zasednout ještě letos v prosinci.

„Vizuální identitu vnímám jako důležitou součást prezentace a komunikace kulturní instituce, která tyto složky nesmí opomíjet. Proto vypsaní soutěže vítám,“ doplnil Jan Žůrek, radní pro oblast kultury Olomouckého kraje.

Vlastivědné muzeum Olomouc má v současné době téměř dva miliony sbírkových předmětů, což ho z hlediska rozsahu sbírky řadí mezi největší muzea v České republice. Jádrem muzea tvoří třicet šest podsbírek. Povahou sbírkového fondu v oblasti společenských i přírodních věd pokrývá nejen střední Moravu, ale i širší území s přesahem do zahraničí. (okr)



V Dobrochově obnovují krajinu. Ted' za to obec získala zlato v evropské soutěži

Lokální biocentrum s rybníky, výsadba původních odrůd stromů nebo přírodní odhlučnění ruchu z blízké dálnice. Také za to získala obec Dobrochov v soutěži Entente Florale Europe zlaté ocenění. V maďarském Balatonfüredu ho zástupci obce převzali koncem září. „Do Maďarska od nás vyjel doslova plný autobus. Jsme pyšní na to, že jsme ocenění získali,“ uvedl Miloslav Kříž, starosta obce Dobrochov.

Do soutěže se přihlásilo celkem devět měst a obcí ze šesti evropských zemí – z České republiky, Německa,

Rakouska, Maďarska, Irsko a Belgie. Odborná porota, složená zejména ze zahradních architektů, během roku všechna místa objížďala a hodnotila je. V Dobrochově mimo jiné ocenila zapojení zahradních architektů a dalších odborníků.

„Prezentaci jsme nepodcenili. Komisi jsme informovali o tom, co děláme, a zapojili jsme také naše občany. Obnovujeme bažiny, mokřady, vysazujeme aleje či remízky, ale například i keře, kde se může schovat zvěř. Také jsme vysadili několik alejí původních

odrůd stromů. Rád to popisuji jako návrat přírody zpět do krajiny,“ řekl starosta.

Účast obce v soutěži podpořil Olomoucký kraj. Na úhradu nákladů přispěl Dobrochovu 300 000 korun. „Těší mě, že obec Dobrochov uspěla na evropské úrovni. Ostatně to, že dlouhodobě dělají smysluplnou práci, dokazuje i jejich ocenění v krajském kole Vesnice roku, kdy před třemi lety získali Zelenou stuhu právě za péči o zeleň a životní prostředí,“ doplnil radní pro oblast životního prostředí Martin Šmída. (okr)

Další zlato pro Olomoucký kraj. Tentokrát díky babičce roku Blance Vrbkové

Titul Babička roku 2022 zůstává v Olomouckém kraji. Vítězství v celostátním finálovém kole si odnesla Blanka Vrbková z Olomouce – Chomoutova. Čtvrtý ročník soutěže, kterou pořádá Krajská rada seniorů Olomouckého kraje, se konal v úterý 18. října na Výstavišti Flora Olomouc, a to za dodržení všech hygienických opatření.

„Nečekala jsem to, mám obrovskou radost. Když se mě vnouček ptal, jestli chci vyhrát, tak jsem říkala ne, chci to jen přežít,“ řekla po vyhlášení se smíchem Blanka Vrbková. „Ono, když je vám dvacet, třicet, stát na podiu není tak náročné jako v tomto věku,“ doplnila. Porotu zaujala hanáckým krojem i vystoupením, do kterého zapojila rodinu.

Do Olomouce se na finále sjelo celkem čtrnáct žen. „Toto setkání je především svátkem seniorů, kteří si chtějí užít podzim svého života v těch nejkrásnějších barvách. Velmi si vážím všech dam, které našly odvahu předvést se na pódiu, všechny jsou vítězky. Současně musíme ocenit i některé manžele, kteří byli ochotni vystoupit s nimi. Jsem velmi rád, že senioři jsou připravení setkávat se a vzdorovat všem nesnázím doby aktivním přístupem,“ uvedl náměstek hejtmana pro oblast sociálních věcí Ivo Slavotínek.

Stříbrnou babičkou se nakonec stala Hana Marková z Libereckého kraje a na třetí příčce se umístila Vlasta Veverková z Karlovarského kraje. „Sama jsem překvapená, že opět vyhrála soutěžící z našeho regionu. Mám z toho obrovskou radost. Jsme pyšní na to, že tradice našeho regionu jsou tak silné,“ dodala za organizátory akce Milena Hesová, předsedkyně Krajské rady seniorů Olomouckého

kraje. Titul Babička sympatie letos obdržely hned tři soutěžící, Blanka Vrbková z Olomouce, Květoslava Zelenková z Plzeňského kraje a Alžběta Řepová z Moravskoslezského regionu.

V závěru akce se uděloval ještě mimořádný titul Babička roku EU. Získala jej čerstvá vítězka Blanka Vrbková, Danuta Jakubiak z Polska a Eva Henteková ze Slovenska. (okr)



Hejtman se setkal s vězni nacistického režimu. Předal jim příspěvek na léky

S těmi, kteří přežili hrůzy nacismu, se ve středu 19. října setkal hejtman Olomouckého kraje Josef Suchánek. Společně s náměstkou Daliborem Horákem a Ivo Slavotínkem předal lidem, kteří byli za druhé světové války vězněni v koncentračních táborech, příspěvek na nákup léků a zdravotních pomůcek.

„Na občany kraje, kteří byli přímo vystaveni zvěrstvům nacistického režimu, se často zapomíná. Chceme

posilovat národní hrdost a lidskou důstojnost, proto rádi pokračujeme v tradici těchto přátelských setkání, kde se s bývalými vězni a jejich rodinnými příslušníky sejdeme a popovídáme si o tom, čím museli projít. Dárek v podobě příspěvku na léky jim těžké vzpomínky nesmaže, ale snad jim pomůže zvládnout zdravotní problémy související s jejich věkem,“ uvedl hejtman Josef Suchánek. Členové Židovské obce a Českého svazu

bojovníků za svobodu mohou dárkové poukazy využít k nákupu zdravotních pomůcek, léků nebo třeba vitamínových doplňků.

„V našem kraji stále žijí lidé, kteří se za války museli skrývat před nacisty, nebo prošli koncentračními tábory. Snažíme se s nimi udržovat kontakt, abychom věděli, čím jim můžeme alespoň drobně pomoci,“ dodal náměstek hejtmana pro oblast zdravotnictví Dalibor Horák. (okr)

Onkologové z FN Olomouc podali jako první v republice nový lék proti vzácnému nádoru

Zcela novou a vysoce inovativní léčbu melanomu oka užili na začátku září letošního roku jako vůbec první v České republice lékaři Onkologické kliniky Fakultní nemocnice Olomouc. Pacientka se vzácným nádorem cévnatky (pigmentové vrstvy) oka, který postihuje zhruba šest lidí z jednoho milionu, podstoupila léčebnou proceduru pouhé tři a půl měsíce od jejího schválení v tuzemsku. Nová terapie dokáže výrazně utlumit průběh nemoci a prodloužit nemocnému život, její další účinky budou předmětem dalších studií. I v rámci celé Evropy je totiž olomoucká fakultní nemocnice na předních místech v podání této nové léčby.

„Melanom cévnatky oka je vzácným nádorovým onemocněním, jehož diagnostika i léčba jsou značně komplikované. Nádor velmi často metastázuje do jater a kostí a v tomto stádiu je doposud používaná terapie problematická a málo účinná. Nový lék nefunguje na klasickém principu

chemoterapie, ale využívá aktivaci buněk imunitního systému, které bez toho nejsou schopny nádorové buňky rozpoznat. Molekula léku se na jedné straně naváže na bílkovinnou složku, která se vyskytuje specificky v nádoru, a na druhé straně váže T lymfocyty imunitního systému, které přitáhne k nádorové buňce. Buňka T lymfocytu pak nádorovou buňku cíleně zničí,“ popisuje princip terapie lékař Onkologické kliniky FN Olomouc Martin Klabusay, jenž spolu s přednostou kliniky Bohuslavem Melicharem a primáčkou Hanou Študentovou vede tým, který léčbu první vybrané pacientce podává.

Nová léčba vzácného nádoru oka je dlouhodobá a také velmi nákladná, jedna z nejdražších v rámci celé současné onkologie. „Před jejím prvním podáním jsme museli zajistit financování ze strany zdravotní pojišťovny, což se naštěstí podařilo. Nyní budeme v terapii pokračovat a jsme sami zvědaví na výsledky, protože

zatím máme vzhledem k inovativnosti léčby k dispozici jen data z klinických studií. Ty však již prokázaly její účinnost u metastatického typu onemocnění, jehož prognóza je vysoce nepříznivá. Nová terapie život pacientů významně prodlouží,“ vyzdvihuje primárka Onkologické kliniky Hana Študentová.

Podávání léku probíhá na klinice jednou týdně a účinnost léčby se hodnotí vždy za tři měsíce. „Abychom zvládli akutní komplikace této terapie, zejména syndrom uvolnění cytokinů a následnou dušnost a prudký pokles krevního tlaku, které mohou nemocného ohrozit na životě, podávali jsme první tři aplikace za hospitalizace pacientky a monitorace jejího stavu. Od čtvrté aplikace však můžeme volit ambulantní režim,“ dodává profesor Martin Klabusay a vedle kolegů z týmu děkuje za spolupráci také Lékárně Fakultní nemocnice Olomouc, která nový lék dokázala v krátkém čase zajistit. (ts)



Karel Brückner: Trenérská legenda z Hané oslaví 83 let

Karel Brückner, veleúspěšný trenér Sigmy Olomouc a české reprezentace, bude 13. listopadu slavit 83. narozeniny. I když už je to nějaký ten rok, kdy trenérské řemeslo pověsil na pomyslný hřebíček, na jeho úspěchy se dodnes nejen na Hané vzpomíná.

Málokdo ví, že Karel Brückner usedl na trenérskou židli v Sigmě celkem pětkrát. Poprvé to bylo již v sezoně 1973/74–1978/79. Během této první etapy zažil dva postupy. Z divize zamířil klub až do druhé ligy. U premiéry Hanáků v nejvyšší soutěži sice Brückner nebyl, další primáty klubu jsou však s jeho působením již spjaté. Sigma ve své první sezoně 1982/83 sestoupila, již s Brücknerem na lavičce se však bleskurychle vrátila zpět. Druhou ligu Hanáci doslova proletěli, na konci ročníku 1983/84 měli o patnáct bodů více než Zbrojovka Brno za nimi.

POPRVÉ DO POHÁRŮ

Brücknerovi se podařilo Sigmou udržet mezi elitou udržet. A nejen to. Kádr, který měl ve svém středu dva vynikající kanonýry, Vladislava Laudu a Miroslava Příložného, vybojoval v sezoně 1985/86 vynikající čtvrtou příčku v lize, díky čemuž vůbec poprvé hrála Sigma v následujícím ročníku Pohár UEFA. Hanáci se v něm ale příliš dlouho neohráli. Už bez Laudy, který zamířil na zahraniční angažmá do kyperského Limassolu, se postavili do cesty švédskému IFK Göteborg. V té době šlo o jeden z předních evropských celků. Vždyť právě v sezoně, kdy hrál se Sigmou, celou soutěž vyhrál. Doma v Olomouci ještě Hanáci se Švédy udrželi krok, když remizovali 1:1, odveta však byla jednoznačnou záležitostí seveřanů, kteří zvítězili 4:0.

TAŽENÍ EVROPOU

Po sezoně 1986/87 dal Brückner Sigmě na dva ročníky sbohem. Vrátil se však a znovu posunul klub dál. Tentokrát na medailovou pozici v lize a to hned dvakrát. Sigma Olomouc

obsadila v sezonách 1990/91 a 1991/92 vždy třetí příčku. V prvním případě ji dokonce od mistrovské Sparty dělily pouze dva body. Olomouc však díky tomu dvakrát přivítala přední evropské celky.

Nejprve v Poháru UEFA 1991/92 prošla přes severoirský Bangor a sovětské Torpedo Moskva až ke konfrontaci se západoněmeckým Hamburgerem SV. Překvapivá výhra 2:1, kterou si Hanáci přivezli domů, byla následována vysokou výhrou 4:1 na Stadionu Míru. Do Olomouce tak na jaře 1992 přijel díky tomu nejslavnější fotbalový klub na světě, španělský Real Madrid. A i s ním Brücknerem dirigovaná parta dokázala držet krok. Domácí remíza 1:1 a následná prohra 0:1 na slavném Santiago Bernabéu sice na postup nestačily, jméno Sigmy Olomouc se však dostalo do povědomí fotbalových

fanoušků a odborníků napříč celým kontinentem.

Parta kolem hráčů jako Hapal, Látal, Maroši a další se také v následujícím roce utkala s evropskými giganty. Při tažení Pohárem UEFA v sezoně 1992/93 je památná zejména vysoká výhra 7:1 doma v Olomouci nad tureckým Fenerbahce Istanbul. V následujícím kole Hanáci vypadli s italským Juventusem.

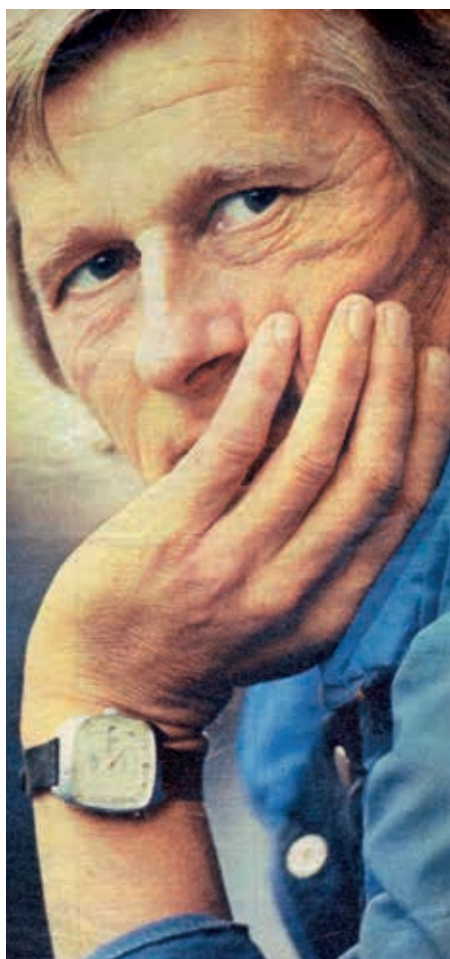
LIGOVÉ STŘÍBRO

Karel Brückner se na lavičku Sigmy vrátil před startem sezony 1995/96 a opět byl úspěšný. S týmem totiž vybojoval historicky doposud nejlepší umístění. Olomouc v lize skončila druhá, když před ní byla pouze suverénní Slavia. Tentokrát z toho ale žádné slavné tažení Evropou nebylo, Hanáci vypadli hned v 1. kole Poháru UEFA s polským Hutnikiem Kraków. A Karel Brückner vedl v sezoně 1996/97 Sigmu vůbec naposledy. Celkem na lavičce hanáckého klubu strávil 247 ligových zápasů, tedy doposud nejvíce ze všech trenérů.

REPREZENTAČNÍ ÚSPĚCHY

Neméně úspěšný byl Karel Brückner také u národních týmů České republiky. S reprezentační jedenadvacítkou vybojoval na juniorském mistrovství Evropy 2000 stříbro. Od roku 2001 vedl seniorskou repre a tu následně na fotbalovém Euro 2004 v Portugalsku dovedl k bronzové medaili. O dva roky později se pak s národním týmem dostal na mistrovství světa v Německu. Bylo to naposledy, kdy česká reprezentace na světovém šampionátu startovala. U reprezentace vydržel Karel Brückner až do mistrovství Evropy 2008.

O úspěších Karla Brücknera by se toho dalo rozepsat mnohem více. Závěrem však snad jen připomenutí, že v roce 2022 obdržel od prezidenta Miloše Zemana Medaili Za zásluhy I. stupně, za zásluhy o stát v oblasti sportu.



SeneCura SeniorCentrum Olomouc pořádalo zahradní slavnost

Více než 100 hostů si užilo tradiční zahradní slavnost v olomouckém domově pro seniory SeneCura. Hlavním motivem setkání s rodinami a přáteli byly místní tradice, zvyky a hudba s tancem.

Hosty přivítal ředitel olomouckého SeniorCentra Vítězslav Rychlý. Kromě klientů a jejich rodin se slavnosti zúčastnili i zástupci městské části Slavonín, kde je SeneCura SeniorCentrum umístěno. Přítomni byli

i zástupci Krajského úřadu v Olomouci.

Po úvodu již mohl začít nabitý program, který byl připraven ve folklórním stylu a promyšlený do nejmenších detailů. Vrcholem programu bylo vystoupení Folklórního souboru Haná Velká Bystřice. Ten si připravil tematické vystoupení Zabijačka, v němž propojil zpěv, tanec i divadlo. „Tento bod programu sklídil u našich klientů i dalších hostů úspěch.

Vyvolal u mnohých vzpomínky na minulost a vybavily se jim zážitky z dob, kdy u nich na venkově probíhaly tradiční zabijačky,“ říká ředitel domova Vítězslav Rychlý.

Tu pravou „vesnickou“ atmosféru ještě více podpořila hudební cimbálová skupina Záletníci, rovněž z Velké Bystřice. Kromě cimbálu zahráli její členové na housle a čelo. Není divu, že mnohé hosty hudba podnítila k tanci.

(rs)

Pro boj s plevelem nebude třeba používat škodlivou chemii

Mnoho evropských zemí již herbicidy s obsahem glyfosátu omezuje. Pomocí na cestě k nechemickému boji s plevelem by již v blízké budoucnosti mohly také nejmodernější technologie spolu s robotickými zařízeními. Reálnou využitelnost této nové formy ekologického přístupu vyhodnotili experti bonnské univerzity.

Glyfosát patří mezi nejrozšířenější pesticidy na světě. Řada toxikologických studií poukázala na jeho nebezpečí, ale stále mnoho lidí, firem i měst ho ale dále používá. Technický pokrok však nyní dává šanci, že jej v budoucnu již nebude tolik potřeba. Zemědělcům by v boji s plevelem mohli pomoci roboti a technologie. Základem robota, který by měl být schopen

pomoci zemědělcům s bezchemickým bojem proti plevelům, bude kamera s dobrým rozlišením, systém umělé inteligence se strojovým učením na rozpoznávání rostlin a výkonný laser. Výzkumníci z bonnské univerzity ve své studii došli k závěru, že současné technologie na realizaci projektu budou stačit.

To, co bude třeba je robot schopný samostatně se pohybovat po poli, výkonný laser a systém pro jeho cílení. Ale ani to není technicky problém. Největší překážkou jsou tedy náklady, které je třeba vynaložit, aby byl laser schopen plevel spálit. K tomu je třeba totiž vysokého výkonu. Chytrý počítač s umělou inteligencí a schopností rozpoznávat plevel na snímcích v reálném čase

je již snadno realizovatelným úkolem. Již nyní lze bojovat proti plevelu bezchemickou cestou pomocí chytrého využití horké vody a páry. „Stoupající trend této ekologické cesty vidíme jak u jednotlivců, tak u firem, institucí, ale i měst a obcí. Populárnější jsou pak například varianty využívající horkou vodu či vodu pod vysokým tlakem, které dokáží zničit i kořeny plevelu a jiných nežádoucích rostlin. To funguje například na zahrádkách. Na chodnících a komunikacích se pak navíc využívají jednoduchá řešení, kde postřiky nejsou třeba, a tím je pravidelné zametání. Při pravidelném zametání se totiž včas odstraní semínka, ze kterých by jinak vyrostl plevel,“ říká Lukáš Rom ze společnosti Kärcher. **Aspen.pr**





OČNÍ KLINIKA TANA

evropská špička

Operace šedého zákalu se není třeba obávat. Jde o jeden z nejbezpečnějších chirurgických zákroků, jaké medicína zná, říká tým lékařů z kliniky Tana

Pacienti trpící šedým zákalem vědí, jak je toto onemocnění nepříjemné. Svět kolem sebe vidí mlhavě, jakoby se dívali přes ušpiněné sklo. Barvy jim připadají vybledlé a zašedlé. Intenzivnější světlo je oslňuje, což jim komplikuje třeba noční řízení automobilu. Díky operaci šedého zákalu mohou vidět znovu jasně, ostře a sytě. Jenže existuje mnoho lidí, kteří se obávají ji podstoupit. Oči jsou nakonec důležitým a citlivým orgánem. Oslovili jsme proto zkušené lékaře z oční kliniky Tana, aby se vyjádřili k nejčastějším otázkám, které naši čtenáři ohledně bezpečnosti operace šedého zákalu vznášejí.

Co se při operaci šedého zákalu s okem vlastně provádí?

Princip operace spočívá ve vyjmutí zakalené čočky, která je následně nahrazena čočkou umělou. Čočka se odstraňuje metodou fakoemulzifikace. Při ní se přes drobný řez na rohovce zavede do oka ultrazvuková sonda, která původní čočku rozmělní na malé části a ty jsou následně odsáty. Na místo se poté usadí nová umělá čočka.

Zárok netrvá ani hodinu včetně přípravy a má miniinvasivní charakter. To znamená, že operační ranka nevyžaduje šití a uzavře se samovolně.

Co když zatím nemám velké potíže? Není pak operace zbytečná?

Neexistuje medicínský důvod, proč by se mělo s operací šedého zákalu otálet. Pacientův stav se bude bez zákroku postupně zhoršovat. V rozvojových zemích s nedostatečnou dostupností kvalitní lékařské péče je šedý zákal dokonce nejčastější příčinou slepoty. Nemoc nevymizí sama, ani nejde zvrátit užíváním nějakých léků. Neplatí taktéž tradovaný mýtus, že by měl zákal před zákrokem nejprve uzrát. Ideální naopak je operaci podstoupit co nejdříve. Rychlé řešení snižuje riziko komplikací a urychluje pooperační rekonvalescenci.

Není operace nepříjemná a bolestivá?

Co když během ní mrknu?

Zárok není nijak ohrožen mrkáním, protože je při něm oční víčko zafixované. Ačkoli je pacient během operace při plném vědomí, do oka jsou vkapávány anestetické kapky, které jej znecitliví a zabrání vnímání bolesti. Operační ranka je díky nejmodernějším operačním postupům velmi malá, díky čemuž se rychle hojí.

Co když se při operaci něco nepovede? Nehrozí mi ještě vážnější poškození zraku?

Operace šedého zákalu patří k vůbec nejstarším a nejčastěji prováděným chirurgickým zákrokům. Neustálé hromadění zkušeností a významné pokroky v medicínské praxi i v používaných technologiích z něj učinily také jeden z těch nejbezpečnějších.

Vyšší míra rizika je spjatá zejména s případy, kdy operované oko v minulosti utrpělo poranění, nebo kdy šedý zákal doprovází další oční onemocnění. Samotnou operaci ovšem předchází podrobné vyšetření zraku, v němž jsou případné rizikové faktory odhaleny. Pokud máte nějaké konkrétní obavy, naši lékaři je s vámi pečlivě proberou.

Pooperační komplikace se naštěstí objevují vzácně a jsou řešitelné. Pacient po operaci by samozřejmě jakékoli potíže neměl podceňovat. V případech jejich výskytu je nutné vždy kontaktovat lékaře.

Budu ihned po operaci vidět? Obejdu se bez pomoci další osoby?

Zrak se po zákroku projasňuje velmi rychle, do několika dní. Většina pacientů dokonce vidí dobře již na druhý den. K úplné stabilizaci oka dojde zhruba po měsíci.

Po provedení operace může jít pacient hned domů. Je vhodné, aby měl s sebou doprovod. Už jen z toho důvodu, že nebude moci řídit auto.

Nebude mě hojení po operaci příliš omezovat?

Přibližně dva týdny trvající klidový režim po provedení operace šedého zákalu od pacienta nevyžaduje žádná významnější omezení. Operované oko si nesmíte mnout a musíte se vyhnout jeho podráždění, k němuž by došlo například při plavání v bazénu nebo pobytu v prašném prostředí.

Tak jako po jiných chirurgických zákrocích je třeba se vyhnout významnější fyzické námaze, ať už jde o namáhavou práci nebo sport. Číst, sledovat televizi či pracovat na počítači lze, ale tyto aktivity by neměly přesahovat rozumnou míru, aby nedvedly ke zrakové únavě.

Máte-li již lékařem diagnostikován šedý zákal nebo pokud pociťujete jakékoli potíže se zrakem, neváhejte se obrátit na kliniku Tana, kde vás zkušený lékařský personál vyšetří a doporučí další postup. Objednat se můžete na čísle 800 121 800 nebo přes formulář na webu.

www.tana-optika.cz • www.tanaocniklinika.cz

• PROVOZOVNA UHELNÁ, OLOMOUC • PROVOZOVNA HORNÍ LÁN, OLOMOUC •
• OČNÍ AMBULANCE TANA, PŘEROV • OČNÍ OPTIKY TANA •

Seniorský výlet na Osoblažsko

Rada SVD Olomouc uspořádala v září pro členy spolku jednodenní autobusový zájezd na Osoblažsko v okrese Bruntál, v podhůří Jeseníků.

Najdeme tu zámky, zříceniny hradů, rozhledny, kostely a židovský hřbitov. Pro účastníky byla první zastávkou Třemešná ve Slezsku, kde na nás čekala poslední letošní jízda vláčkem s parní lokomotivou Rešica. Osoblažská úzkokolejka je dráha s rozchodem 760mm, je zajímavá svou klikatostí, kdy na 20km najdeme 102 oblouků, ten nejmenší má poloměr pouhých

75m. Vláček nám v pivním vagónu nabídl pestré občerstvení a pak už jsme projížděli nádhernou krajinou až do Slezských Rudoltic.

V zámku v této obci probíhá rozsáhlá rekonstrukce, ale i tak byla prohlídka interiéru zajímavá. Barokní zámek se vstupní věží a zámeckým parkem býval významným kulturním centrem Slezska. Místu se právem přezdívalo Slezské Versailles.

Po dobrém obědě v místní restauraci jsme se autobusem převezli do Bruntálu na prohlídku zdejšího zámeckého

objektu. Obdivovali jsme nádherně upravené sály se zajímavými kamny, lustry, množstvím obrazů, zbraní, vystavený kočár účinkoval ve filmu Dědeček automobil.

Nádvoří je obklopeno opravenými arkádami a zámecký park doplňuje pěkný zážitek.

Za připravenou akci patří poděkování panu R. Gartnerovi, který tím přispěl ke spokojenosti účastníků z krásně prožitého podzimního dne.

Text: manželé Jursíkovi

Foto: R. Gartner



10. listopad bude patřit nevidomým

Olomoucké organizace poskytující sociální služby lidem se zrakovým postižením pořádají Den otevřených dveří 2022. Ten se uskuteční při příležitosti Mezinárodního dne nevidomých (13. 11.). Ve čtvrtek 10. listopadu 2022 od 8:00 do 18:00 hodin se veřejnosti otevřou dveře na I. P. Pavlova 69 – areál Jalta, kde sídlí organizace Tyflo-servis, o.p.s., TyfloCentrum Olomouc, o.p.s., Oblastní odbočka SONS ČR, z. s. a prodejna SONS, Tyflopomůcky. Tyto organizace poskytují komplexní podporu a poradenství osobám se

závažným postižením zraku a jejich rodinným příslušníkům.

Příchozí návštěvníci se mohou těšit na prezentaci organizací, speciálních kompenzačních pomůcek včetně moderních technologií, které usnadňují život lidem se zrakovým postižením. Nebudou chybět ukázky zvládání situace každodenního života, simulace zrakových vad. Návštěvníci si budou moci prohlédnout haptické (hmatové) mapy či speciálně upravené společenské hry. Rovněž se dozví, jak správně provázet nevidomé, kterému by

chtěli nabídnout pomoc na přechodu nebo v dopravě.

Cílem akce je ukázat veřejnosti, že i nevidomí mohou žít s využitím speciálních pomůcek a služeb samostatný důstojný život.

Součástí bude také prezentace výrobků sociální firmy Ergones, která zaměstnává lidi se zrakovým hendikepem.

Na setkání s Vámi se těší pracovníci TyfloCentra Olomouc, o.p.s., Tyflo-servisu, o.p.s., Oblastní odbočky SONS, z.s. a SONS, Tyflopomůcek

Pletené papučky z domova v Rokytnici do přerovské nemocnice

V našem Domově Na záměčku v Rokytnici máme klientky, které svůj čas rády věnují svým zálibám. Jedna z nich, paní Anna Látalová, nejen ráda čte, ale také velmi ráda plete. Aby její pletené výrobky našly využití, aktivizační pracovnice jí nabídla možnost plést papučky pro miminka. Jak výrobky přibývaly, oslovili jsme novorozenecké oddělení přerovské nemocnice a dohodli se na předání ručně pletených papučků. Dne 7. 10. 2022 navštívila paní Látalová v doprovodu naší pracovnice dětské a novorozenecké oddělení Nemocnice Agel v Přerově, kde při velmi milém přijetí paní Látalová osobně papučky předala. Pro paní Látalovou je důležité, že její práce je smysluplná a dělá radost.

Kolektiv Domova na záměčku



Osud znovu spojil milence po 70 letech

Život rozdává karty a je na nás, jak s nimi hrajeme. Každý z nás se snaží žít život podle svého a co nejlépe. Někdy ovšem dostaneme karty jiné, než bychom chtěli a rázem je náš život naruby. Pan František v našem domově seniorů v Komárově u Šternberka objevil svou první lásku, paní Evu, kterou kdysi ztratil. Je to 70 let, kdy jim život cesty rozdělil. Oba jsou již vdovci, takže na dávný vztah znovu navázali. Dne 3. září jsme spolu s jejich rodinami připravili krásnou zasnubní oslavu. Pan František svůj příběh sepsal:

„V létě 1952 jsem pracoval jako traktorista ve Šternberku. Po skončení žňových prací v nižších vesnicích jsme jezdili sekat obilí do hor, kde teprve žňové práce začínaly. Já jsem byl odeslán do Domašova u Šternberka, kde jsem se seznámil s mojí první láskou Evou. Chodili jsme spolu až do nástupu základní vojenské služby. Evu jsem vyrozuměl, že po skončení vojny se nemohu vrátit domů kvůli zhoršenému stavu maminky, která velice těžce prožívala můj odchod. První vánoční svátky na vojně jsme dostali povolení pozvat si rodinné příslušníky nebo dívky. Já jsem pozval Evu, ale v odpovědi mi sdělila, že nemůže přijet, protože je

těhotná. Znovu jsem ji prosil, až skončí vojenská služba, aby přišla za mnou. Opět odmítla. Já zůstal po vojně v Čechách, v roce 1956 se mi narodil syn a v našem vztahu došlo k rozloučení. Nastoupil jsem k Českým drahám jako posunovač, později jako výpravčí vlaků. V roce 1971 jsem byl přeložen do stanice Olomouc hlavní nádraží, jako výpravčí. Při procházce městem jsem u cukrárny uviděl na dveřích její jmenovku. Zůstal jsem u nich bezradně stát. Když jsem si uvědomil, že po mně bude jistě zlostí házet zákusky, tak jsem raději odešel. Osud se

k nám ale opět přiklonil k nám oběma, když jsme se setkali v domově seniorů v Komárově. Byl a jsem velice šťastný, že jsem našel svou první lásku. Na první pohled jsme se nepoznali, až po pár dnech, když jsme začali probírat rodinné vztahy. Potvrdilo se nám přísloví, že stará láska nerezaví. Sami na sobě jsme poznali, že první mladá láska má sílu rozvíjejícího se poupátka, ale ta druhá je mnohem silnější, jako síla již plně rozkvetlého květu. A tím také došlo k rozhodnutí našeho zasnoubení.“

Kolektiv Domova seniorů Komárov



Muž 79 let avšak v dobré kondici hledá milou, hodnou a skromnou ženu pro trávení volných chvil. Být sám na stáří je těžké, a tak bych azyl poskytl klidně i mamince samoživitelce v nouzi. Mám vlastní byt i vůz na výlety, však ženu vypočítavou nehledám. Máš-li dobré srdce a též tě trápí samota, prosím, ozvi se na telefon: 732 439 800.

Jarda 53 let štíhlé postavy, svobodný, v invalidním důchodu s oční vadou. Rád bych našel ženu, která má stejnou nebo podobnou oční vadu či je také v invalidním důchodu. Na věku až tak nezáleží. Rád chodím do přírody, jezdím na kole, hraji na kytaru. Život je natolik krátký, proto by nikdo neměl být sám. Prosím, ozvi se mi, budu moc rád! Telefon 605 091 807.

Ráda bych poznala muže do 70 let, vyšší štíhlejší postavy, měl by být nekuřák z Olomouce a okolí. Pro hezké společné chvíle. Telefon 777 201 437.

Ráda bych se seznámila s mužem přiměřeného věku. Jsem vdova, je mi 66 let. Nejraději z Prostějova a blízkého okolí. V případě zájmu pište nebo volejte na 728 862 782.

Najdu obyčejnou holku 52/99/186, příroda, hudba, romantika? Zabezpečení bez závazků. Foto vítáno. Jen vážné. Vít Grúz, P.O.B. 77, 690 02 Břeclav, odepíši všem.

Muž 75/165/58 by rád poznal ženu, která je upřímná a milá. Ne žádný flirt, ale vážný vztah. Zájmy mám všestranné. Na věku moc nezáleží, jako spíše na povaze. Pokud budete mít zájem, tak mi volejte nebo pište na telefon 723 759 375. Rudolf

Samota je moc zlá, moc mne trápí! Hledám hodného muže, zatím kamaráda, abstinenta, nekuřáka, na výlety, procházky atd. Z vesnice v okolí Olomouce – Prostějova, od 68 do 73 let, nad 170 cm. Milého, upřímného, fér! Bez lži a podvodů. V případě sympatií možný i vážný vztah. Jsem ženská do každého počasí. Těším se na vaše odpovědi! Mobil 724 378 934.

Hledám kamarádku, která je také v důchodu a sama, ke vzájemným návštěvám, za kulturou, výlety, procházky apod. Okres Přerov. Tel. 704 451 102. Budu se těšit.

Žena po sedmdesátce štíhlé postavy hledá muže nekuřáka pro život nebo ke společnému trávení volného

času, třeba autovýlety, kultura, procházky apod. Tel. 605 376 902.

Aktivní seniorka 70+ hledá partnera na vše krásné, zajištěná. Setkání napoví. SMS na číslo 603 868 408.

Rozvedený 66letý muž, 174cm, 65kg, nekuřák s vyř. minulostí a vlastním RD hledá ženu 60–66 let, štíhlou, nekuřačku k vážnému seznámení z PR, PV a OL či okolí. Najdeme se do Vánoc? Prosím volejte na 702 319 524. Děkuji.

SŠ 71/168 ráda pozná muže – kamaráda přiměřeného věku z OL a okolí. Zájmy: příroda, turistika, zahrada, divadlo. Prosím pouze SMS na tel. 731 340 282.

Vdovec, vysokoškolák 70+/170/68 atletické postavy, hledá přítelkyni přiměřeného věku, s veselou myslí, se smyslem pro humor a srdcem na dlani, která má ráda přírodu a hodně jí také chybí láska a blízkost spřízněné duše. Samota není lehká a život je krásnější ve dvou. Přerovsko a okolí. SMS, tel. 737 272 936.

Muž senior hledá příjemnou a hodnou seniorku, která nechce být sama. Telefon 730 615 419.

Využijte služeb naší seznamky a podejte si BEZPLATNĚ inzerát.

Inzerát zašlete poštou na adresu: Moravský senior, z. s., Táboritů 237/1, 779 00 Olomouc nebo e-mailem: redakce@moravskysenior.cz, do předmětu uvést „Seznamka“.

Zasláním inzerátu dáváte souhlas se zpracováním vašich osobních údajů pro účely zveřejnění těchto informací v rámci Seznamky.

Vyluštěte tajenku a soutěžte o věcné ceny. Znění tajenky posílejte do 10. 11. 2022 na adresu Moravský senior, z. s., Tábortů 237/1, Olomouc, 779 00 nebo e-mailem na adresu office@moravskysenior.cz. Nezapomeňte uvést celou svoji adresu a telefonní číslo, abychom vás o výhře mohli informovat. Vyluštění tajenky můžete posílat i jako SMS na tel.: 725 190 555.

POMŮCKA: ADSL, EA, EEA, ENEMY, OTS, YALE	MÍSTO HOVOR.	AMERICKÁ UNIVERZITA	KOVOVÝ ŠROT HOVOR.	1. DÍL TAJENKY	TYP RUSKÝCH LETADEL	TÍMTO ZPŮSOBEM		ČÁST GRILU	VÝBĚŽEK TERÉNU	FRANCOUZ- SKÁ PŘEDLOŽKA	ODDĚLENÍ ZKR.	LESKLÁ BAVLNĚNÁ TKANINA	2. DÍL TAJENKY	NEPŘÍTEL ANGLICKÝ	ŠTOURAT
VYCHLOUBAT							POPIS VÝVOJE RODU								
POSUVNÝ DÍL							OPATŘENÍ SEDELEM KYSELÉ POCHUTINY								
STROMO- RÁDÍ					OCHUT- NÁVKA A SICE					DOLEPENÍ LÉČEBNÁ TĚLESNÁ VÝCHOVA					
STRUNNÉ HUDEBNÍ NÁSTROJE						KLÁVESY NA POČÍTAČI EVROPAN					ZNAČKA LIMONÁD CHEM. ZN. KREMÍKU				
	LISTNATÝ STROM	VNÍMAT NOSEM ČES. MALÍŘ JOSEF ???						ESTONSKÝ OPERNÍ PĚVEC				TMEL KRÁTKÉ SPOJENÍ			
OBCHODNÍ ŠKOLA ZKR.			DOUPATA ZÁPOR					PÍSKÁNÍ						INICIÁLY PĚVCE DVORSKÉHO	INICIÁLY SPISOVA- TELE ROLLANDA
OBEC U PLZNĚ S LETIŠTĚM					STARÝ INSEKTICID	moravský senior					OSTROV VE STŘEDO- ZEMNÍM MOŘI				
ZMETEK											DOKTOR SOCIÁLNÉ POLIT. VĚD ZKR.				
SUMERSKÝ BŮH VOD			ŠKOLNÍ DRUŽINA ZÁBAVNÍ MÍSTNOST								INICIÁLY FYZIKA EINSTEINA			ZNAČKA ROSTLIN- NÉHO TUKU	PŘIPRAVIT K SETI
	TERÉNNÍ ZÁVOD HOVOR.	PRACOVAT S JEHLOU CIZÍ MUŽ. JMÉNO									PEVNOST				
ČÁST REPUBLIKY					ŘÍMSKÝCH 101								NAROZEN ZKR. HEREC RO- BERT DE ???		
CESTOVNÍ VAK						DISKŽOKEJ ZKR.	INICIÁLY KOSMO- NAUTA ALDRINA	DOKTOR PŘÍRODNÍCH VĚD ZKR.		TEN, KDO BALÍ	NEMLUVÍCÍ LÉKAŘSKÁ FAKULTA ZKR.				
ČLOVĚK STOJÍCÍ STRANOU									PŘERUŠO- VANÉ SVÍTIT						
SLOVAN KNÍŽNĚ					NÁZEV JAPONSKÉ MĚNY MAZADLO				KUDRNATÝ ÚČES PRACOVNÍK V TISKÁRNĚ					POPLACH	ACETON
	SVAZEK OBILÍ	NĚMECKÝ ZKR. DRUH PEČIVA				PŘIPOJENÍ K INTERN. ZVĚŠŤOVACÍ SKLO					OHMATÁNÍ NETEČNÝ PLYN				
SEVERO- VÝCHOD ZKR.			STRANA ÚČTŮ POVRCHOVÁ VODA				DĚŠT ANGLICKY STÍRAČ PRACHU					VIDA PROJEVY KOROZE			
BLÁZNOV- STVÍ								STÁT SE ČERNÝM SOLMIZAČNÍ SLABIKA							
OTÁZKA 6. PÁDU					HOSPO- DÁŘSKÁ PŮDA					JEZERO RUSKY					
VDANÁ ŽENA					INDIÁN					CHEM. ZN. NIKLU			INICIÁLY TENISTKY NAVRÁTI- LOVÉ		

Řešení z minulého čísla: ...žádný jiný lék než více lásky. Výherci z minulého čísla: Božena Krejčířová, Křelov – Bruchotín; Irena Nevrllová, Velká Bystřice; Eliška Výmolová, Prostějov



Online leták

Každý týden pro Vás chystáme nový leták, ve kterém najdete akční zboží za nízké ceny. Abychom Vám jeho prohlížení ještě více ulehčili, připravili jsme si pro Vás i jeho **online verzi**, se kterou můžete mít o našich produktech **přehled opravdu kdykoli a kdekoli**.



Videorecepty

Vymyslet, co pro sebe nebo rodinu v týdnu či o víkendu navařit, bývá někdy těžší než sportování. Ale nemějte obavy! Jednou týdně pro Vás natáčíme videorecepty, se kterými získáte nejen **novou inspiraci**, ale i jednoduché řešení pro celou Vaši rodinu.



@ Newsletter

Někdy člověk nestíhá – ani v životě, ani v práci. To nejzajímavější od nás ale vždy dostanete i do svého e-mailu, na který Vám posíláme nejen **aktuální katalog**, ale i samotné **PŘÍBĚHY** našich potravin.



Soutěže

Velmi často také pořádáme různé soutěže, ve kterých můžete získat hodnotné ceny, **třeba poukazy na nákup**. Radost z nakupování tak může být rázem větší!

Sociální sítě

Pro všechny fanoušky sociálních sítí máme nejen Facebook, ale i Instagram a YouTube, na kterých naleznete všechny aktuální informace.

Sledujte, co je u nás nového, aby Vám nic neuniklo!

